DOCUMENT RESUME

ED 365 905 CG 025 169

TITLE	Hacia la Realizacion de la Autoestima. Informe Definitivo del Comite Estatal en Pro de la Autoestima y de la Responsabilidad Personal y Social (Toward a State of Esteem. Final Report of the State Committee to Promote Self-Esteem and Personal and Social Responsibility).
INSTITUTION	California State Dept. of Education, Sacramento.
REPORT NO	ISBN-0-8011-1028-9
PUB DATE	Jun 92
NOTE	175p.; For the English language version of this document, see ED 321 171.
AVAILABLE FROM	Bureau of Publications, California State Department of Education, P.O. Box 271, Sacramento, CA 95802-0271 ($4.25).
PUB TYPE	Reports - General (140)
LANGUAGE	Spanish
EDRS PRICE	MF01 Plus Postage. PC Not Available from EDRS.
DESCRIPTORS	Academic Failure; Alcohol Abuse; Crime; Drug Abuse; Family Life; Poverty; *Responsibility; *Self Esteem; *Social Responsibility; Violence; Work Environment
IDENTIFIERS	*California

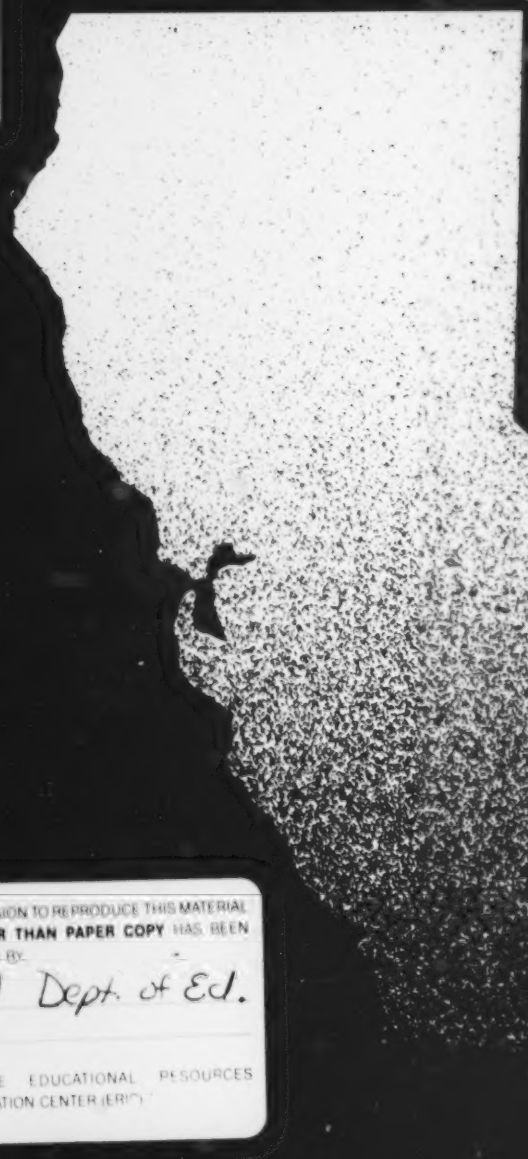
ABSTRACT

This is the Spanish version of the final report of a California Task Force created to promote self-esteem and personal responsibility. It begins with an executive summary listing key principles of the task force and providing recommendations and discussions in each of six major areas upon which the report focuses. The next section presents the task force's vision and recommended action. Readers are guided into the 21st century as a time when Californians have integrated the principles of self-esteem and of personal and social responsibility into their personal lives and into their families, businesses, governments, and communities. The third section presents a definition of self-esteem and gives a commentary on the definition. Section 4 lists key principles for nurturing self-esteem and personal and social responsibility. Section 5 examines further action and needed research. Section 6 represents the substantive results of the task force's investigation into the relationship between self-esteem and the social concerns of : (1) family (parenting, child abuse, teenage pregnancy); (2) education (schools and academic failure); (3) substance use and abuse; (4) crime and violence; (5) poverty and chronic welfare dependency; and (6) the workplace. Each major area is organized in two parts: first, general findings, and then policy recommendations with supporting data and program examples. Section 7 gives brief personal statements from task force members and section 8 consists of a brief conclusion. (NB)

****
* Reproductions supplied by EDRS are the best that can be made *
* from the original document. *
****

ED 365 905

Hacia la Realización de la **Autoestima**



Toward a State of **Esteem**

Informe Definitivo del Comité Estatal en Pro de la Autoestima y de la Responsabilidad Personal y Social

PERMISSION TO REPRODUCE THIS MATERIAL IN OTHER THAN PAPER COPY HAS BEEN GRANTED BY
CA Dept. of Ed.
TO THE EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)

CG025162

U.S. DEPARTMENT OF EDUCATION
Office of Educational Research and Improvement
EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)
☐ This document has been reproduced as received from the person or organization originating it.
☐ Minor changes have been made to improve reproduction quality.
• Points of view or opinions stated in this document do not necessarily represent official OERI position or policy.

Julio de 1992

BEST COPY AVAILABLE

CG

Hacia la Realización de la ***Autoestima***

Informe Definitivo del
Comité Estatal en
Pro de la Autoestima
y de la Responsabilidad
Personal y Social

Dedicatoria

26 de junio de 1916–10 de septiembre de 1988

Dedicado a la memoria de Virginia Satir, quien formuló el concepto de autoestima o amor propio, del cual surgieron nuevos tratamientos terapéuticos, por los cuales, benefició a innúmeras personas en todas partes del mundo. El concepto de la autoestima fue su mayor labor, trabajando incansablemente para diseminarlo entre el público. Virginia, en gran parte, promovió la legislación que creó este Comité y, como integrante del mismo, su colaboración fue positiva, incansable y sin par.

Información sobre la Edición

Hacia la Realización de la Autoestima (Toward a State of Esteem), el Informe Definitivo del Comité Estatal en Pro de la Autoestima y de la Responsabilidad Personal y Social, se presentó al Cuerpo Legislativo de California en enero de 1990, tal como lo estipula la sección 8255 del *Código Gubernamental*. Esta ley se promulgó el 23 de septiembre de 1986, al firmarse el proyecto de ley 3659 de la Asamblea por el Gobernador George Deukmejian, proyecto de ley escrito por el asambleísta John Vasconcellos. Los 26 miembros integrantes del Comité que formuló este informe se encuentran en las páginas *xi–xii*. Andrew M. Mecca dirigió este grupo de estudio. Los que contribuyeron de forma importante al informe se encuentran en las páginas *xiii–xiv*. Se reconoce, especialmente, a Rain Blockley por la corrección del manuscrito.

La versión en lengua española de *Toward a State of Esteem* la publica la Sección Editorial (Bureau of Publications), bajo la dirección de Theodore R. Smith, del Departamento de Educación de California. La traducción del informe estuvo a cargo del Professional Translators Board, P.O. Box 255284, Sacramento, CA 95825-5284. Lupe B. Villegas llevó a cabo la disposición del texto y del las fotografías.

Toward a State of Esteem se preparó en el Departamento de Educación de California, Sección Editorial, bajo la dirección de Theodore R. Smith, Director General, el cual colaboró con Robert R. Ball, Director Ejecutivo, y Ruta D. Aldridge, Directora Asociada, del personal del Comité Estatal. La portada y diseño del documento estuvo a cargo de Cheryl Shawver McDonald. Las fotos que aparecen en el libro las proporcionaron Apple Computer, Wernher Krutein/PHOTOVAULT, Emmett E. Miller, M.D., y Pacific Gas & Electric.

Hacia la Realización de la Autoestima se imprimió en el Taller Editorial del Estado y se distribuyó de acuerdo con las disposiciones del *Código Gubernamental*, secciones 8255 y 11096 y la Ley de Distribución Bibliotecaria, por lo que este libro se obtiene en las bibliotecas públicas del estado.

Derechos de autor (Copyright ©) 1992, Departamento de Educación de California.

Toda pregunta relativa a la reproducción de este documento debe dirigirse a: Copyright Program Officer, California Department of Education, P.O. Box 944272, Sacramento, CA 94244-2720. Sin embargo, de acuerdo con la Ley de Derechos de Autor, el lector tiene permiso para reproducir partes de este libro si dicha reproducción se destina "a comentario crítico, al informe noticioso, a la enseñanza (incluso la reproducción de varias copias para usarse en el aula) o a la investigación."

Este libro se vende al público a $4.25 el ejemplar, más impuesto para los residentes de California; se puede obtener de la Bureau of Publications, California Department of Education, P.O. Box 271, Sacramento, CA 95812-0271. La suma de $4.25 se destina a sufragar los costos de envío y embalaje, así como los de inventario. Toda pregunta relativa al envío y embalaje debe dirigirse a la Sección Editorial (Bureau of Publications) a la dirección arriba citada o llamar al (916) 445-1260. En la página 158 hay una lista parcial de otros libros y folletos que Ud. puede obtener del Departamento de Educación; para recibir una lista completa, llame o escriba a la Sección Editorial (Bureau of Publications).

ISBN 0-8011-1028-9

Tabla de Contenido

Dedicatoria iii
Carta al Gobernador y a la Cámara Legislativa vii
Un Mensaje de John Vasconcellos ix
El Comité xi
Reconocimiento xiii
Prefacio xv

I. Resumen Ejecutivo 1
Principios Claves 1
Recomendaciones y Análisis de Conceptos 2
Resultados Claves 4
Recomendaciones Claves 6
Resumen de Recomendaciones 7

II. El Ideal del Comité y Sus Recomendaciones 10
Atreverse a Soñar 10
Cómo Llevar a Cabo la Obra 13

III. La Definición de la Autoestima 20
Cómo Se Define la Autoestima 20
Comentario sobre la Definición 21

IV. Principios Claves para Fomentar la Autoestima y la Responsabilidad Personal y Social 25
Estimar el Valor Propio y Su Importancia 26
Cómo Estimar el Valor e Importancia de los Demás 32
Cómo Fortalecer la Responsabilidad de Sí Mismo 35
Cómo Reafirmar Nuestra Responsabilidad hacia los Demás 38
Breve Bibliografía sobre la Autoestima 41

V. Acción e Investigación Adicional Necesaria 43

VI. Las Recomendaciones y la Explicación de las Mismas 45
La Familia, el Embarazo en la Adolescencia, el Maltrato de los Niños y la Autoestima 47
Recomendaciones Claves 53
Resumen de Recomendaciones 53
Recomendaciones, Explicación y Ejemplos 54
Libros de Consulta 63
La Instrucción, el Fracaso Académico y la Autoestima 64
Recomendaciones Claves 68
Resumen de Recomendaciones 68
Recomendaciones, Explicación y Ejemplos 69
Libros de Consulta 89

Creo firmemente que el éxito depende del individuo. El ser humano debe tener fe en su capacidad y el valor para enfrentar los desafíos que se le presentan, a fin de realizar su plenitud. El amor propio, así como un sentido de autovalor, son esenciales para el éxito y plenitud en la vida.

—George Deukmejian, Gobernador de California, en una carta al grupo estudiantil "Rising Stars of Lincoln Elementary School" de Long Beach, California

Abuso del Alcohol y de las Drogas y la Autoestima 90
Recomendaciones Claves 97
Resumen de Recomendaciones 97
Recomendaciones, Pláticas y Ejemplos 98
Libros de Consulta 106
Criminalidad y Violencia y la Autoestima 107
Recomendaciones Claves 111
Resumen de Recomendaciones 111
Recomendaciones, Explicación y Ejemplos 112
Libros de Consulta 123
La Pobreza, la Dependencia Crónica de los Servicios de la Asistencia Pública y la Autoestima 124
Recomendaciones Claves 131
Resumen de Recomendaciones 131
Recomendaciones, Explicación y Ejemplos 132
Libros de Consulta 139
El Lugar de Trabajo y la Autoestima 140
Recomendaciones Claves 146
Resumen de Recomendaciones 146
Recomendaciones, Explicación y Ejemplos 147
Libros de Consulta 150

VII. Declaraciones Personales 151

VIII. Conclusión 157

En lo personal, así como muchos otros colegas, puedo confirmar que la labor del Comité en Pro de la Autoestima es única en la historia, y, tal vez, nos abra el camino hacia nuevas metodologías con las que podamos enfrentar algunos de los problemas sociales mas serios de la civilización actual, y habilitar al ciudadano en todo respecto, a fin de mejorar el bien estar colectivo y personal en nuestra sociedad.

—Neil Smelser, Profesor de Sociología, Universidad de California, Berkeley, en una carta dirigida a Andrew M. Mecca, Director del Comité en Pro de la Autoestima

Estado de California George Deukmejian, Gobernador

Comité Estatal en Pro de la
Autoestima y de la Responsabilidad
Personal y Social
1130 K STREET, SUITE 300
SACRAMENTO, CA 95814

15 de Enero de 1990

Su Excelencia George Deukmejian
Gobernador de California

Su Excelencia David A. Roberti
Presidente pro Tempore del Estado

Su Excelencia Willie L. Brown
Presidente de la Asamblea

Su Excelencia Kenneth L. Maddy
Apoderado del Partido Minoritario del Senado

Su Excelencia Ross Johnson
Apoderado del Partido Minoritario de la Asamblea

Al Pueblo de California:

La creación del Comité Estatal en Pro de la Autoestima y de la Responsabilidad Personal y Social constituye un esfuerzo innovador por parte de ambos partidos para resolver los problemas sociales. En vez de reaccionar ante la aparente epidemia de perjuicios, hemos optado por una solución que promueve el bienestar del individuo, así como el de la sociedad. Creo que las recomendaciones y los resultados adjuntos nos proporcionan una fuerte base para lograr dicha meta. La labor que hemos llevado a cabo queda como legado al pueblo de California, a los comités de los condados, así como a otros estados y países que formaron o están en vías de formar comités en pro de la autoestima.

La labor de los últimos tres años pone en evidencia que el amor propio o la autoestima es, tal vez, el concepto que reconstituye la capacidad de superación nacional. Se busca, por lo tanto, una estrategia activa que habilite al individuo y a los grupos comunitarios para enfrentarse ante los desafíos que aqueja a la sociedad. Por medio de este concepto, el individuo desarrolla los cuatro elementos de la autoestima: sentirse parte íntegra de un grupo o comunidad, ser estimado por el prójimo, creer en el valor propio, y reconocer el mérito del trabajo.

Este informe no pretende plantear una solución rápida y fácil sino rebuscar la esencia de los problemas sociales, a fin de hacer recomendaciones concretas para allanar sus perjuicios. Asimismo, presentamos algunos programas ejemplares con el fin de poner de manifiesto que hay soluciones.

Debemos tener en cuenta, por otra parte, que cuando hablamos de la autoestima, no nos referimos a las ideas de "la nueva ola," "de sentirse bien ante todo." Más bien, se trata del sentido de responsabilidad personal y social. Está claro que una vez que reconocemos nuestra responsabilidad personal y social y nos unimos a la colectividad para solucionar los problemas sociales, también desarrollamos nuestro amor propio. De hecho, ningún perito gubernamental puede resolver nuestros propios problemas.

No cabe duda que en nuestro medio ambiente hay un sinnúmero de problemas aparentemente insolubles, que nadie—ni el individuo, ni las familias, ni las comunidades—puede resolver. Los problemas aumentan y se complican a medida que nuestra sociedad crece y se hace más compleja. Como si fueran tentáculos dañinos, el crimen, el desempleo, el uso del alcohol y los estupefacientes, los embarazos en la adolescencia, el fracaso académico, la dependencia de la asistencia pública y la violencia entran en nuestro hogar y afectan nuestra vida.

En 1960, el Presidente John F. Kennedy desafió a la nación a reunir la voluntad colectiva para desarrollar la tecnología que pondría al primer hombre en la luna. ¡Y la hazaña se realizó! Hoy día lo que nos hostiga es el deterioro de la sociedad. Sólo la renovación del espíritu innovador norteamericano que incluya a todos los sectores de la sociedad podrá hacer frente a esta crisis.

Estamos en los últimos años del siglo XX, ante las puertas de un nuevo milenio. ¡Nos faltan unos escasos diez años! Es una época de indudable importancia. Somos el puente humano hacia ese milenio. La puerta hacia el futuro se nos abre; una edad nueva se nos presenta y el papel que nos toca es esencial para las generaciones venideras.

El amor propio o la autoestima y la responsabilidad personal y social abarcan muchos conceptos, tales como la honradez, la caridad, la dignidad humana, la fe, el intelecto, el optimismo, la autoaceptación, el coraje o valentía y, desde luego, el amor. La autoestima y la responsabilidad personal y social son el legado que les dejamos a nuestros hijos—es la huella de nuestra integridad.

En nombre de todos los que integraron el Comité o grupo de estudio, así como innúmeros ciudadanos voluntarios que contribuyeron a este legado, nos enorgullecemos de presentarles a ustedes los resultados y las recomendaciones a continuación.

Atentamente,

Andrew M. Mecca

Andrew M. Mecca, Dr. P.H.
Presidente
Comité Estatal en Pro de la
Autoestima y de la Responsabilidad
Personal y Social

REPLY TO:
DISTRICT OFFICE
[illegible]
STATE CAPITOL
[illegible]

Assembly
California Legislature

COMMITTEES
EDUCATION
SUBCOMMITTEE ON
POSTSECONDARY EDUCATION
ECONOMIC DEVELOPMENT &
NEW TECHNOLOGIES

JOHN VASCONCELLOS
ASSEMBLYMAN TWENTY THIRD DISTRICT

CHAIRMAN
COMMITTEE ON WAYS AND MEANS

Ciudadanos,

Bienvenidos a este esfuerzo innovador que emprende el estado de California para allanar los muchos perjuicios sociales que nos hostigan en la actualidad. Hemos iniciado una búsqueda por la "vacuna social" única en la historia y su participación es de suma importancia para la realización de esta meta.

Lo que se ha hecho hasta ahora es notable. El Comité Estatal en Pro de la Autoestima y de la Responsabilidad Personal y Social ha logrado mucho más de lo que yo esperaba. De hecho, ya ha legitimado la autoestima como factor esencial en nuestra vida. Hemos podido rescatar el concepto del amor propio de la sátira de Garry Trudeau y hacerlo respetar por el público.

La creación de este Comité surgió de mi propia experiencia:

1. Mi propia lucha—a pesar de los éxitos en mi vida—por alcanzar la autoestima.
2. La experiencia de presidir el Comité de Medios y Arbitrios, el cual prepara el presupuesto anual de California de cientos de millones de dólares. Como presidente, me di cuenta que el dinero se malgastaba en proyectos que no beneficiaban a tiempo a los ciudadanos de este estado, cuya vida estaba en completo deterioro. (Consúltese mi Prefacio en *La Importancia Social de la Autoestima* para mayores detalles.)

Por lo tanto, he querido buscar las causas primordiales de nuestros problemas sociales, a fin de encararlos y, cuando sea posible, evitarlos. En 1984, presenté la legislación que crearía este Comité. Tardó tres años para ponerlo en marcha. Ahora, con unos escasos tres años de vida, el Comité ha propiciado un movimiento extraordinario—en varios estados de esta Unión—en pro de la autoestima y de la responsabilidad personal y social.

Ante el advenimiento del siglo vigésimo primero, nosotros, como seres humanos, por primera vez, poseemos la capacidad de mejorar la condición humana. Podemos pasar a formular una *vacuna social*. Nos es posible superar los errores del pasado—la vida de crímenes y violencia, el alcoholismo y el uso de estupefacientes, los embarazos prematuros, el maltrato de los niños, la crónica dependencia de la asistencia pública y el fracaso académico.

En la década del 40 hubo hombres y mujeres cuyo esmero y fe en su capacidad pudo, milagrosamente, extraer los secretos del átomo. En la década del 60, se perfilaron otros que vencieron las leyes de gravedad, lo cual puso al hombre en el espacio.

En la década del 90, al ser humano se le presenta la oportunidad de adentrarse en sí mismo. Podemos extraer los secretos fundamentales del bienestar y desarrollo humano. En California (el estado innovador) nosotros confiamos en lo que creemos y sentimos.

Con este informe, señalamos el camino hacia la superación de la condición humana.

El informe que se presenta a continuación pone de manifiesto que hemos alcanzado una buena parte de los objetivos. Los conocimientos, así como los medios necesarios, están a nuestra disposición; con ellos, podemos motivar a todos los ciudadanos de este estado (y a otros allende las fronteras) para que desarrollen—tanto como individuos así como en su colectividad—un concepto sano del amor propio y de la responsabilidad personal y social.

Servidos de una sabiduría colectiva, diversa y generosa, los 26 integrantes del Comité, han asentado los fundamentos de este extraordinario concepto. Tienen nuestra gratitud. De todo corazón los felicito y les expreso mi agradecimiento por todos sus esfuerzos.

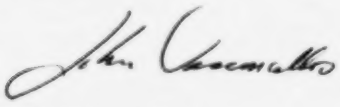
Creo que el ser único en su género es la clave para desarrollar el sentido de valor propio . . . El desarrollo de esta calidad es fundamental para el fomento de la autoestima.

—Virginia Satir, Terapéutica Familiar

Ahora el éxito de este proyecto depende de nosotros. ¿Tendremos la entereza de reconocer la importancia de la autoestima en nuestra vida? ¿Nos comprometeremos a fomentar la autoestima en nuestra vida personal? ¿La aplicaremos a nuestra relación con la gente que nos rodea? Esta es una causa que merece nuestra entrega y participación.

Para comenzar, los invito a leer y a asimilar el contenido de este informe. Los invito a incorporar las recomendaciones a su vida cotidiana y a su relación con las personas que los rodean. Unidos, alcanzaremos la autoestima y la responsabilidad. Unidos, superaremos nuestras faltas. Unidos, habremos de cambiar el rumbo de la historia, mejorándola. Comencemos—¡Ahora mismo!

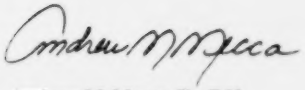
Atentamente,



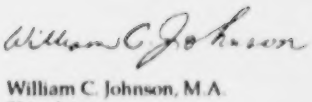
John Vaconcellos
Asambleísta
(Autor de la legislación
que corresponde a la
creación del Comité)

El Comité

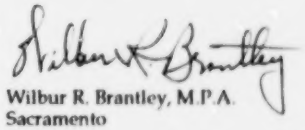
El Comité Estatal en Pro de la Autoestima y de la Responsabilidad Personal y Social



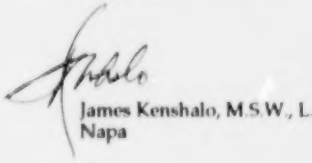
Andrew M. Mecca, Dr. P.H.
Director
San Rafael



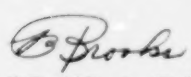
William C. Johnson, M.A.
Shingletown



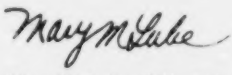
Wilbur R. Brantley, M.P.A.
Sacramento



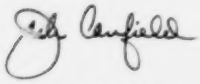
James Kenshalo, M.S.W., L.C.S.W.
Napa



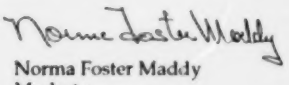
B. David Brooks, Ph.D.
Long Beach



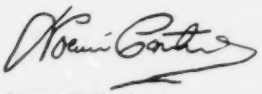
Mary M. Luke, R.N., M.B.A.
San Francisco



Jack Canfield, M.Ed.
Pacific Palisades



Norma Foster Maddy
Modesto

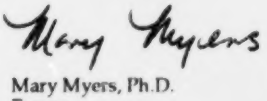


Noemi E. Contreras,
M.S.Ed., D.S.W., Ph.D.
Glendale

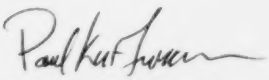
Emmett E. Miller, M.D.
Menlo Park

Nadie tiene derecho a dictarle al próximo lo que debe de entender, crear o producir; sin embargo, a todos hay que animarlos a revelarse, a expresar sus ideas y sentimientos y a confiar en el espíritu de la originalidad.

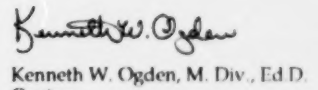
—Ansel Adams, Fotógrafo



Mary Myers, Ph.D.
Fresno

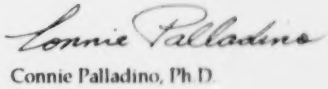


Paul Kent Froman, Ph.D.
Los Angeles

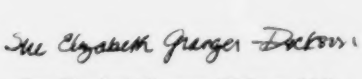


Kenneth W. Ogden, M. Div., Ed.D.
Covina

Raymond E. Gott, M.P.A.
Whittier



Connie Palladino, Ph.D.
Palo Alto



Sue Elizabeth Granger-Dickson, M.S.
Bakersfield

Miembros del Comité Estatal (Continuo)

Eunice N. Sato, M.A.
Long Beach

Gerti B. Thomas, M.P.A.
Hayward

David Shannahoff-Khalsa
Del Mar

Linda Wargo
San Luis Obispo

Lynn Silton, M.S.
San Francisco

Virginia Satir (fallecida)

Integrantes Estatutarios

Vivian Gannon
(Nombrada por Clifford Allenby, Secretario de Salud y Bienestar)

Nicholas Osa
(Nombrado por Joe Sandoval, Secretario de Prisiones para Adultos y Menores de Edad)

Susie Lange
(Nombrada por Bill Honig, Superintendente Estatal de la Instrucción Pública)

Brian Taugher
(Nombrado por John Van de Kamp, Fiscal General)

Integrantes Ex Officio

Art Torres, Senador

John Vasconcellos, Asambleísta

Jean Barnaby
(Nombrada por Art Torres)

Personal del Comité

Robert R. Ball, S.T.D.
Director Ejecutivo

Ruta D. Aldridge
Directora Asociada

Estela Escalante
Secretaria

Reconocimiento

Nosotros, como miembros del Comité Estatal en Pro de la Autoestima y de la Responsabilidad Personal y Social, reconocemos la valiosa colaboración de individuos y organizaciones, los cuales nos ayudaron a desempeñar nuestras obligaciones legislativas. El Comité agradece el tiempo y el esfuerzo de quienes nos brindaron su testimonio, públicamente o por escrito. La colaboración de estos ciudadanos, de organizaciones comunitarias y de funcionarios públicos, fue indispensable en la investigación que llevamos a cabo. Sin ella, no habríamos comprendido todos los problemas que enfrentamos.

El Comité agradece, sobre todo, el tiempo y talento que nos brindaron los integrantes de los comités de los distintos condados. Hubo innumerables individuos que nos ayudaron a llevar a cabo las audiencias y reuniones públicas.

El Dr. David Gardner, Rector de la Universidad de California, varios profesores y miembros del personal de la Universidad de California, entre ellos, Martin Covington, Susan B. Crockenberg, Harry Kitano, Calvin Moore, Karen Paget, Thomas J. Scheff, Leonard Schneiderman, Rodney Skager, Neil Smelser y Harry Specht brindaron su conocimiento académico al proyecto.

El Comité, asimismo, agradece infinitamente a un grupo de técnicos de la región de la Bahía de San Francisco por las innumerables horas que dedicaron, voluntariamente, a la planificación, realización y buen término de innúmeras reuniones y audiencias públicas. Este grupo, organizado por Cathy DeForest, se integró por Victoria Bain, Karen Buckley, Mary Curran, Adriana Díaz, Anna Ewing, Lisa Faithorn, Jan Felicitas, Sharon Franquemont, Marilyn Gatlin, Mary Gelinas, Sue Gershenson, Anita Gherardi, Peter Gibb, Roger James, Rae Levine, Patty McManus, Barbara Miller, Joyce Reynolds, Barbara Schultz y Jean Westcott.

El Comité le debe mucho al siguiente grupo de profesionistas que, sufragando sus propios gastos, se unió al esfuerzo para crear un círculo de deliberación: Betty Berzon, Yogi Bhajan, Nathaniel Branden, B. David Brooks, Jack Canfield, William Coulson, C. W. Gaffney, Thomas Gordon, Lilia "Lulu" López, George McKenna, Bertie Mo, James Newman, Uvaldo Palomares, M. Scott Peck, Robert Reasoner, George Ruiz, Virginia Satir, Gordon Stokes, Ernest Wu y John Vasconcellos.

G. Albert Howenstein, Director Ejecutivo de la Oficina de Criminología, Planificación y su personal fueron excelentes anfitriones, brindándole al Comité innúmeros servicios y el local indispensable para sus diversas funciones.

También agradecemos el apoyo de las siguientes personas del Departamento de Salud Mental: D. Michael O'Conner, Doug Arnold, Debra Lee Freeman, Richard Friday y Sidney Herndon.

El Comité agradece, asimismo, a las siguientes personas que, una vez convocadas, se presentaron en las diversas reuniones del Comité, proporcionándonos los pormenores relativos a la problemática que la legislación procura remediar: Michelle Borba, Sister Beth Burns, Bill Cleveland, Judith Feldman, Thomas Gordon, Linda Harvey, Mildred Harrison, Everett Jensen, Tim O'Neil, Mariam Rashada, Bob Reasoner, Mary Ellen Rivera, George Solomon, M.D., Sharon Strucker, Lynne Vaughan y Jann Walton.

Amy Abraham, John Aldridge, Brooke Allison, Rain Blockley, Carol Bone, Tim Buckles, Michael Bunzel, Sue Covey, Jane Ellis, Peggy Haigh, Susan Haugen, Anne Kronenberg, Myra Livingston, Vonna Breeze-Martin, Joe Parente, Shirley Purvis, Rich Robinson, Michael Twombly, Marina Villa y Dick Vittitow, Director Ejecutivo Interino, contribuyeron ampliamente al funcionamiento del Comité en sus muchas y diversas funciones.

©1987 Wernher Krutein/PHOTOVAULT

Prefacio

A pesar de que este es el informe definitivo del Comité, no deja de ser un esfuerzo inicial, sustancioso e histórico, que se propone procurar las causas primordiales del deterioro social, a fin de remediarlo. No decimos que hemos encontrado un bálsamo milagroso. Lo que sí afirmamos es que hemos logrado los objetivos iniciales de este esfuerzo. El movimiento de la autoestima vive y se extiende en nuestro estado y en el resto del país. Por lo tanto, merece nuestra atención, nuestra entrega y participación.

California está a punto de convertirse en el primer estado de este país sin ningún grupo racial o étnico que constituya su mayoría. El desafío más portentoso que se nos presenta, como estado y como pueblo, es la realización de una verdadera democracia multicultural.

Lo que hemos logrado hasta la fecha no es suficiente. Está claro que se ha marchado muy lentamente; pero sabemos que es posible seguir adelante. Todo californiano, así como toda institución del estado—sea pública o particular—debe aceptar este desafío ahora mismo.

Este informe se dirige a Ud. y a todo californiano—todos estamos incluidos. Por medio de este informe le presentamos un plan de trabajo y un llamado a la acción. Lo retamos a Ud., así como a todo californiano—individuos e instituciones—a sensibilizarse, a tomar conciencia de los problemas que lo rodea y, sobre todo, a poner manos a la obra.

Claro está que no todas las ideas que presentamos son nuevas. Sin embargo, creemos que el concepto del amor propio o autoestima las envigoriza, así como a nosotros, y de esa manera animamos e incorporamos a todo nuestro pueblo en la vida y bien estar de California—sea de cualquier raza, nacionalidad o etnia.

Este informe definitivo se preparó con el esmero y colaboración de mucha gente. El informe se apoya en la problemática específica que la legislación le encomendó al Comité. Cada uno de los encargos cobró sus propias características, con resultados inesperados, abarcando mucho más de lo que se esperaba.

La sección introductoria del informe esboza el encargo que se nos dio, una sinopsis (compendio) de los resultados y las recomendaciones, así como una declaración de lo que prevemos para California como resultado de este proyecto.

Cada sección subsiguiente se apoya en la anterior:

- Nuestra definición de la autoestima (en la que se apoya el informe) y un comentario
- Los principios que fomentan la autoestima y la responsabilidad personal y social

- Las recomendaciones y análisis de todo lo que respecta a la problemática personal y social

Gracias por su interés en lo que para nosotros se ha convertido en un afán con beneficios importantes—para nosotros como individuos, para nuestras familias y para nuestro estado. Esperamos que Ud. quiera unirse a este esfuerzo, a fin de alcanzar dichos beneficios.

El Comité en Pro de la Autoestima
y de la Responsabilidad Personal
y Social

Sembramos una idea y cosechamos una obra; Sembramos dicha obra y cosechamos una costumbre; Sembramos la costumbre y cosechamos una forma de ser; Sembramos esta forma de ser y cosechamos nuestro destino.

—William Makepeace Thackeray
Novelista Inglés

Pacific Gas & Electirc Co.

I. Resumen Ejecutivo

Es de suma importancia entender claramente lo que queremos decir cuando hablamos de la autoestima. La rebusca literaria que llevó a cabo la Universidad de California a nuestro pedido se vio obstaculizada por la falta de una definición concisa y universalmente aceptada. Asimismo, el concepto común y corriente de que el amor propio o la autoestima es una condición sumamente narcisista, ensimismada, ha ofuscado el sentido que promovemos.

Por lo tanto, el Comité formuló la siguiente definición. La autoestima es:

Estimar el valor propio y su importancia, y estar dispuesto a aceptar la responsabilidad de mis propios actos y comportarme de una forma responsable ante los demás.

Para aprovechar las recomendaciones de este Comité hay que tener un completo entendimiento de la definición de este concepto. El sentido primordial de esta definición se presenta en los principios claves.

Principios Claves

El Comité formuló los "Principios Claves," a fin de llevar a cabo la investigación sobre "cómo se fomenta, daña o reduce y se rehabilita la autoestima." Dichos principios están ordenados en secciones que corresponden a los elementos primordiales de la definición; constituye una guía práctica para aquéllos que deseen comprender mejor lo que es la autoestima y cómo se fomenta.

"La capacidad de apreciar el valor propio y su importancia" requiere aceptarse a sí mismo, proponerse objetivos razonables, ser tolerante con sí mismo y con el prójimo, estar dispuesto a aceptar lo que la vida ofrezca, tener confianza en el prójimo, y expresar los sentimientos. Asimismo, requiere que apreciemos y respetemos nuestra originalidad, nuestro ingenio, nuestro cuerpo y nuestra espiritualidad.

"Apreciar el valor y la importancia de los que nos rodean" quiere decir que afirmamos el valor único de cada ser humano; le brindamos nuestra atención, nuestro respeto, nuestra aceptación y nuestro apoyo. Este principio también incluye ser razonable con los objetivos que proponemos, aceptar lo que la vida nos ofrezca, apreciar los beneficios que nos ofrece una sociedad multicultural, aceptar la expresión de sentimientos y estar dispuesto a dialogar en vez de acudir a la ofensa.

"Afirmar la responsabilidad de nuestra conducta" requiere que nos hagamos responsables por nuestras decisiones y nuestros actos, ser honrados, comprender y afirmar nuestros valores, estar atentos a nuestra salud física y ser responsables por nuestra conducta como padres de familia.

"Afirmar nuestra responsabilidad ante los que nos rodean" quiere decir que respetamos la dignidad humana, apoyamos la individualidad de cada uno, contribuímos a crear un ambiente acogedor, desarrollamos las habilidades necesarias, proporcionamos un ambiente seguro, fomentamos una estructura democrática, reconociendo el equilibrio entre la libertad y la responsabilidad, así como la cooperación y la competición, y servimos a la humanidad.

Recomendaciones y Análisis de Conceptos

Bajo la dirección legislativa, el Comité se encargó de "llevar a cabo la investigación necesaria y hacer las recomendaciones relacionadas con el estudio . . . a fin de que alcanzaran y surtieran efecto positivo entre los dirigentes de organizaciones y de las fuerzas políticas, así como entre los ciudadanos de este estado. . . ." Por lo tanto, las recomendaciones del Comité se dirigen a los ciudadanos del estado, abarcando un gran círculo de intereses, y se ordenan por tema; asimismo, están correlacionados con los programas a los cuales se puede acudir. Estos son ejemplos de la clase de obra que proponemos.

La Familia

La familia es el primer tema que tocamos, ya que el Comité concluyó unánimemente que la familia es el elemento más importante en el fomento del sentido del amor propio o de la autoestima. Este es el sentido que el individuo conlleva en la vida. Esta influencia decisiva se explica en el análisis que se hace en esta sección.

Ya que los padres de familia son tan importantes para el fomento de la autoestima y de la responsabilidad en nuestra sociedad, es necesario tomar algunas medidas para ayudarlos a realizar su papel. Entre estas medidas, se proponen los "talleres de trabajo" (clases especiales) para los padres y clases semejantes para los jóvenes, a fin de prepararlos para el extraordinario papel que les espera como padres de familia. ¡Es importante aprender a ser buenos padres, pero el amor propio o la autoestima de los mismos padres es, sin lugar a dudas, el elemento más importante!

La Instrucción y el Fracaso Académico

Si la familia es la primera en inculcarle al niño la autoestima, la escuela es la segunda institución que influye en este respecto. Más que cualquier otro factor, la autoestima es el elemento esencial de la instrucción. Las escuelas que deliberadamente fomentan la autoestima han alcanzado resultados impresionantes en lo que respecta al logro académico, así como a lo que se refiere a la responsabilidad personal y social.

El Comité recomienda que todo distrito escolar haga un esfuerzo consciente para promover la autoestima y la responsabilidad personal y social. Ya que para la buena instrucción se necesita un buen sentido de autoestima, el Comité recomienda que la instrucción del maestro incluya el fomento y promoción de la autoestima.

El Uso de Estupefacientes (Drogas) y del Alcohol

Las estadísticas relacionadas con el uso de estupefacientes y del alcohol, así como los problemas que surgen de tal uso, son arrolladoras y cada día peores. Teniendo en cuenta que el uso de las drogas es demasiado complicado para achacarle una sola causa, la investigación que se ha llevado a cabo indica claramente que la falta de amor propio o autoestima es un factor importante. Asimismo, es evidente que el mejorar la autoestima, a fin de controlar la conducta irregular, requiere un cambio completo en la idea que se tiene de sí mismo. Aunque sea difícil, el control del uso de las drogas por medio de la reducción de la demanda es uno de los métodos más prometedores, con mayor efecto positivo, a largo plazo.

El Comité quedó impresionado con la eficacia de algunos grupos comunitarios que enfrentan el problema del uso de los estupefacientes y del alcohol y, por lo tanto, recomienda la creación de consejos preventivos a nivel comunitario. Tenemos que apoyar a las familias, a las escuelas y a los programas terapéuticos bien logrados. El Comité, asimismo, hace un llamado a los medios de comunicación para que acepten su responsabilidad, haciendo su parte para fomentar la autoestima entre el público, sobre todo en lo que respecta a la presentación de la conducta aceptable ante los estupefacientes y el alcohol.

El Crimen y la Violencia

La falta de aceptación y afirmación del valor humano, el no sentirse parte de la comunidad (enajenado), sin voz ni influencia alguna, lleva a muchos jóvenes a unirse a las pandillas, a fin de satisfacer sus necesidades como seres humanos. El individuo necesita tener la convicción de que vale por algo—sentir que su presencia surte algún efecto. Cuando no existe la posibilidad de expresarse en forma positiva ante los demás, la frustración y desengaño suelen llevar al individuo a expresarse de forma negativa, con perjuicios tanto a su persona como a la sociedad. Por ello, tenemos que animar y apoyar en todo sentido a las familias, así como a las escuelas y a las comunidades, a fin de que le faciliten al joven la autoestima y la conducta aceptable.

Por otra parte, tenemos que incorporar la autoestima y el sentido de responsabilidad en el sistema penal, así como en el de criminología. La aceptación de la responsabilidad de las consecuencias de nuestras decisiones y de nuestra conducta constituye un sano sentido de autoestima. El Comité, por lo tanto, promueve el castigo apropiado de acuerdo con el delito cometido en lo que se refiere a la delincuencia juvenil. Así como la familia se beneficia cuando sus hijos sufren las consecuencias de su conducta, la sociedad, se beneficia de la misma forma.

La Pobreza y la Dependencia Crónica de la Asistencia Pública

La investigación que llevó a cabo el Comité pone de manifiesto que cuando se depende de la asistencia pública la autoestima puede sufrir, ya que inculca lo que llamaríamos la "inutilidad aprendida" y entorpece la responsabilidad personal y social. Por lo tanto, los programas de asistencia pública deben tener en cuenta que todo individuo necesita conservar su dignidad personal y hacerse respetar como ser humano. Este hecho debe estar claro tanto para el que recibe la asistencia pública como para el personal de la agencia. Todo programa de asistencia pública debe esforzarse por fomentar el amor propio o autoestima y la autosuficiencia económica.

Por lo general, los que acuden a la asistencia pública necesitan instrucción vocacional, así como cabida en los programas instructivos; asimismo, les es necesario aprender a llevar su vida y a comunicarse eficazmente con el prójimo.

El Lugar de Trabajo

Aunque la legislación efectuada no incluía el lugar de trabajo, por medio de las audiencias públicas, el Comité se dio cuenta que había que considerar la influencia que provenía del ambiente en que se trabaja con respecto a la autoestima y a la responsabilidad personal. Las reglas y los procedimientos establecidos de las empresas desempeñan un papel importante en la dignidad, en el valor y en la responsabilidad que los empleados sienten. Por lo tanto, las firmas deben sensibilizarse ante este fenómeno y estar dispuestas a reconocer a los empleados como seres humanos, como integrantes de una familia y como padres de familia. Las empresas establecidas en una comunidad tienen la responsabilidad de contribuir a la solución de los problemas sociales de dicha comunidad. Esto se lleva a cabo únicamente en un ambiente de mutua estima.

Resultados Claves

- La autoestima parece ser la "vacuna social," el fenómeno que nos permite vivir de una forma responsable y que nos hace inmunes al atractivo del crimen, de la violencia y del uso de los estupefacientes; asimismo, la autoestima nos ayuda a evitar el embarazo en la adolescencia, el maltrato de los niños, la dependencia crónica de la asistencia pública y el fracaso académico. En los últimos años del Siglo Veinte, la falta de amor propio o autoestima es la causa principal del deterioro personal y social en el estado y en el país.
- La familia es la que fomenta la autoestima; es la entidad social más importante en la vida del niño. Los primeros meses y años de la vida de un niño son los que establecen las bases para el desarrollo firme y auténtico de la autoestima; a esta tierna edad se forma el carácter del individuo.
- Los padres, a su vez, necesitan tener un alto sentido del amor propio, a fin de proporcionarle al niño un ambiente sano. Tenemos que esforzarnos para ayudarles a los padres de familia en el desarrollo de su propia autoestima, a fin de que ellos la fomenten en sus hijos. El niño debe aprender de sus padres lo que es el amor propio y la responsabilidad personal.

- Ya que los niños pasan gran parte del día en la escuela, sabemos que el ambiente escolar tiene mucho que ver con el fomento de la autoestima. Las escuelas que tienen como meta clara el desarrollo de la autoestima llegan a tener mejores resultados académicos. Asimismo, los alumnos demuestran un alto sentido de amor propio.
- Estar en comunión con nuestra espiritualidad forma parte de la condición humana. Si queremos desarrollar el amor propio, debemos estar en contacto con nuestro espíritu.
- Todo individuo, teóricamente, es capaz de ser original, por lo que la valoración de nuestra creatividad contribuye mucho al desarrollo de la autoestima.
- Las jóvenes que tienen un alto sentido de amor propio tienden a evitar el embarazo en la adolescencia.
- El individuo que se quiere bien tiende a evitar las actividades destructivas y autodestructivas, incluso el maltrato de niños, el uso del alcohol y de los estupefacientes (ya sea legales o ilegales), la violencia, el crimen, etc. Sin descontar los efectos de los primeros años de vida, el individuo es capaz de desarrollar un sentido sano de la autoestima a cualquier edad. Por ello, debemos informar a los ciudadanos del estado, sin tener en cuenta su edad o circunstancia, con respecto a la forma de fomentar un sentido sano de la autoestima. Ahora bien, no se trata únicamente de nuevos conocimientos, sino de una nueva sensibilidad ante nuestra persona en vías de una renovada afirmación y aceptación.
- Sin importar la edad, la raza, la religión, el sexo u orientación sexual, el factor primordial en el fomento de una vida sana y feliz es el ambiente que afirma los preceptos de la autoestima en el hogar, en la escuela, en el lugar de trabajo y en la comunidad. Esta es una responsabilidad personal y de carácter público que debemos reconocer, aceptar y poner en práctica. Sin importar nuestros antecedentes, cuando optamos por el amor propio, tomamos una decisión por la cual, en última instancia, nos responsabilizamos.

Emmett E. Miller, M.D.

Recomendaciones Claves

La Familia, el Embarazo en la Adolescencia y el Maltrato de los Niños

1. Efectuar una campaña a través de los medios de comunicación pública a nivel estatal, a fin de instruir al pueblo del estado con respecto al papel de los padres en el fomento de la autoestima y de la responsabilidad personal y social; asimismo, instruir—de manera que tenga en cuenta la cultura y las distintas lenguas del estado—a dicho público en lo que respecta a la forma de criar a los hijos en un ambiente positivo y cariñoso.
2. Reconociendo el papel primordial de los padres de familia, el cuerpo legislativo debe apoyar económicamente al Departamento de Educación de California, disponiendo la realización de clases sobre el papel de los padres, siempre que dichas clases tengan en cuenta la orientación cultural y la edad de los alumnos.

La Instrucción y el Fracaso Académico

1. Los distritos escolares del estado deben aceptar y promover la autoestima y la responsabilidad personal y social, declárandolas metas primordiales a alcanzar; asimismo, dichas metas deben integrarse en la materia impartida, difundiendo sus reglas y metodología. Las mesas directivas de las escuelas, por otra parte, deben establecer los reglamentos que reconozcan el valor del personal, así como el de los alumnos, y de esa forma fomentar el respeto, estima y cooperación entre todos los interesados.
2. El estudio de la autoestima debe formar parte de los requisitos para la credencial para aquéllos que inician sus estudios y ser un elemento integrante de la instrucción de los maestros establecidos.

El Uso del Alcohol y de los Estupefacientes

1. Los dirigentes comunitarios deben formar consejos para la prevención del uso de las drogas en sus respectivas comunidades, además de apoyar los programas de prevención por otras vías y, simultáneamente, promover la autoestima y la responsabilidad personal y social.
2. Propagar y apoyar los programas de tratamiento de drogadicción, reproduciendo los esfuerzos de mayor éxito.

El Crimen y la Violencia

1. Establecer un sistema penal para los jóvenes que fomente la responsabilidad personal en los delincuentes juveniles por medio de penas consistentes y apropiadas para los delitos cometidos.
2. Apoyar todo esfuerzo para reproducir los programas comunitarios de prevención de la delincuencia juvenil que fomenten el respeto, la autoestima y la responsabilidad personal y social, siempre que tengan un alto índice de éxito.

La Pobreza y la Dependencia Crónica de la Asistencia Pública

1. Apoyar y poner en marcha los programas que ayuden a los amparados de la asistencia pública de largo plazo a que desarrollen la autoestima y un sentido de responsabilidad, a fin de que dejen de depender de las agencias del gobierno y pasen a ser independientes.
2. Promover y ayudar a los programas de asistencia pública, tal como el AFDC, para que los padres solteros puedan crear un ambiente familiar

positivo; para ello, hay que enseñarles a ser buenos y eficaces padres, darles clases sobre cómo llevar la vida, y ofrecerles el asesoramiento necesario relativo a la instrucción, sobre todo en lo que respecta a las vocaciones. Asimismo, hay que informarlos sobre los servicios de guardería.

El Lugar de Trabajo

1. Promover la formulación de reglas y condiciones laborales que favorezcan la autoestima y la responsabilidad personal y social, tanto en el sector privado como en el público.
2. La industria pública y privada debe poner en marcha las disposiciones necesarias para satisfacer las necesidades de la actual familia norteamericana; sirvan de ejemplo las siguientes sugerencias: la integración de guarderías en el lugar de labores, los horarios flexibles, los empleos compartidos y las licencias (para ausentarse) para los padres de familia. Es necesario promover entre las empresas todo programa, disposición o práctica que facilite la autoestima entre los empleados y las familias.

Resumen de Recomendaciones

1. Poner de relieve el importante papel de los padres de familia utilizando los medios de comunicación pública.
2. Integrar las clases de la educación de los hijos (cómo criarlos o educarlos) en las materias que se imparten en la escuela.
3. Poner a la disposición del público en general clases relativas a la educación de los hijos (cómo criarlos o educarlos).
4. Poner a la disposición del público los servicios de guardería que fomenten la autoestima.
5. Proporcionar clases de salud e higiene a las parejas que esperan un hijo.
6. Impartir clases sobre la autoestima y el sentido de responsabilidad a todos los "padres temporales," así como al personal de las agencias custodiales.
7. Reducir el número de embarazos de adolescentes, impartiendo clases de autoestima.

La Familia, el Embarazo en la Adolescencia y el Maltrato de los Niños

8. Crear programas relativos a la vida familiar para los adolescentes.
9. Realizar programas que apoyen el sentido de responsabilidad entre los padres adolescentes.
10. Realizar programas terapéuticos que apoyen moralmente a los padres más propensos a maltratar a sus hijos.
11. Crear asilos o casas de amparo para las mujeres, integrando los componentes de autoestima y responsabilidad en su programa instructivo.

La Instrucción y el Fracaso Académico

1. Los conceptos de la autoestima y de la responsabilidad personal deben integrarse en el programa instructivo.
2. Instruir a todo educador/maestro con respecto a la autoestima y a la responsabilidad personal antes y después de iniciar su carrera.

3. Facilitarle al alumno la posibilidad de rendir algún servicio a la comunidad.
4. Formular un programa académico centrado en las habilidades necesarias para sobrellevar la vida.
5. Promover la participación de los padres de familia.
6. Ser comprensivo con los alumnos que son propensos a fracasar académicamente.
7. Usar las artes para fomentar la autoestima y la responsabilidad personal.
8. Aumentar el número de asesores/consejeros, así como el número de alumnos asesores (asesoramiento de semejantes).
9. Facilitar la formulación del estudio en colaboración.
10. Reducir el número de alumnos en las clases.
11. Crear programas que contrarresten la intolerancia y el prejuicio.

El Uso de Estupefacientes y del Alcohol

1. Crear consejos comunitarios para la prevención del uso de estupefacientes y del alcohol.
2. Aumentar el número de programas de tratamiento.
3. Formular planes concretos para prevenir o evitar el uso de estupefacientes, teniendo en cuenta el factor cultural.
4. Instruir a los padres de familia.
5. Aumentar el número de programas preventivos en las escuelas.
6. Promover los medios de comunicación pública responsables.

El Crimen y la Violencia

1. Exigir que el joven sea responsable por todo delito cometido.
2. Reproducir los programas que fomenten la autoestima y la responsabilidad personal.
3. Combatir a las pandillas con los programas de autoestima en las escuelas.
4. Acudir a la comunidad para llevar a cabo actividades fuera de las aulas.
5. Establecer programas de autoestima en las reformatorias y prisiones.
6. Fomentar programas de autoestima en las agencias del sistema penal.
7. Impartir clases en las prisiones sobre la metodología necesaria para llevar la vida y enfrentarse a los problemas personales.
8. Promover las artes en los planteles del estado.
9. Establecer dependencias penales comunitarias.

La Pobreza y la Dependencia Crónica de la Asistencia Pública

1. Apoyar el esfuerzo que le ayuda a los amparados de la asistencia pública a dejar dicho amparo y pasar a ser independientes.
2. Apoyar el esfuerzo que le proporciona a los padres de familia los conocimientos necesarios para ser buenos padres.
3. Promover el establecimiento de los grupos terapéuticos entre semejantes, a fin de que se apoyen unos a los otros.
4. Impartir clases relativas a la autoestima destinadas al personal de las agencias que tratan a los amparados de la asistencia pública.
5. Poner en marcha las reformas que promueven una actitud positiva y animan al individuo.

6. Proporcionar los incentivos que muevan a las comunidades y a las empresas a colaborar para el bien de los jóvenes, creando programas para la juventud.

El Lugar de Trabajo

1. Promover un ambiente laboral positivo.
2. Incentivar a las empresas a fin de que favorezcan a sus empleados y familias.
3. Incentivar a las empresas para que participen en las actividades de la comunidad.

Nadie le puede dar el amor propio a otra persona. Lo que podemos hacer es crear un ambiente que favorezca la maduración intelectual de la persona, facilitar la conducta positiva centrada en la realización de alguna meta y fomentar un papel productivo en todo ciudadano.

—Mary Mallory, Ph.D., Universidad Estatal de California, Fresno

Pacific Gas & Electric Co.

II. El Ideal del Comité y Sus Recomendaciones

Atreverse a Soñar

Sólo cuando nos atrevemos a soñar—a forjarnos un ideal—podemos mejorar el mundo en el que vivimos.

No existe ningún comienzo insignificante.
—Henry David Thoreau

En 1776, un puñado de visionarios soñó con la libertad, con una sociedad democrática, con un gobierno proveniente del pueblo, formado por el pueblo y al servicio del pueblo. Porque se atrevieron a soñar, este ideal se realizó.

En 1961, el Presidente John F. Kennedy se atrevió a soñar con lo imposible: llegar a la luna en diez años. Su anhelo inspiró a muchos norteamericanos, los cuales se esforzaron para realizar lo que parecía imposible.

Sólo con el corazón puede ver claramente el intelecto.
—Antoine de Saint-Exupéry, Escritor Francés

Hoy, muchos californianos anhelan la realización de una sociedad en la que se fomenta la autoestima y el pueblo se hace responsable por su persona y por los problemas de la sociedad.

Esta visión del futuro comienza a realizarse. Ya existen comités comunitarios en 46 de los 58 condados de nuestro estado; esto se ha realizado porque muchos de nuestros ciudadanos se han atrevido a soñar. Con este informe queremos propagar este sueño en el siglo vigésimo primero.

Los invitamos a prever con nosotros las siguientes posibilidades. Use su imaginación para prever lo que vendrá en el futuro, más allá de los límites que aceptamos hoy día. Algunas de estas hipótesis llegarán a realizarse para el año de 2000.

Para el siglo vigésimo primero nosotros en California habremos integrado los principios de la autoestima y de la responsabilidad personal y social en nuestra vida y en nuestras familias, empresas, gobiernos y comunidades.

Las Familias

El sentido de valor se fomenta solamente en un ambiente en el que se aprecian las diferencias individuales, se toleran los errores, se expresan libremente las ideas y las reglas son flexibles—ésta es la clase de ambiente creado en el seno de una familia acogedora.
—Virginia Satir, Terapéutica Familiar

En el siglo vigésimo primero, se reconocerán a las familias como el modelo principal de la autoestima y de la responsabilidad personal y social.

Los niños serán recibidos en este mundo por padres de familia dotados de un alto concepto de su valor personal, por lo que valorarán y apoyarán las tendencias naturales del niño, las cuales le forjarán un carácter constructivo, honesto y responsable.

Los padres fomentarán en sus hijos una identidad positiva y un sentido de su valor y capacidad, creando así individuos felices y bien centrados.

El sentido de que valemos algo sólo florece en un ambiente donde se aprecian las diferencias, se toleran los errores, hay amplia comunicación y las reglas son flexibles—este es el ambiente que existe en el seno de una familia acogedora.

A través de una instrucción para los padres de familia, éstos desarrollan un sentido profundo de su propio valor, un conocimiento de la naturaleza y carácter de sus hijos, así como las etapas de crecimiento de los mismos. Por otra parte, se desarrolla en los padres de familia un conocimiento y apreciación del papel bien desempeñado del padre.

La familia le proporciona a todo integrante de la misma las vivencias positivas, sanas y estimulantes que forman un carácter positivo en el individuo.

La Instrucción

En el siglo vigésimo primero, la autoestima y la responsabilidad personal y social son elementos integrantes de la trayectoria instructiva de por vida.

Que todo lo que se proponga se haga como si fuera de suma importancia.

—*William James*

Las escuelas acogen y apoyan a los niños, sin importar el sexo, la raza, la procedencia nacional, la religión o el estado socioeconómico. Se considera al alumno como un elemento valioso que merece nuestro reconocimiento y atención.

Las escuelas le proporcionan al alumno una variada instrucción que pretende:

- Estimular el deseo de aprender en cada alumno.
- Desarrollar la capacidad de aprender de todo alumno e inculcar en el mismo la idea de que el aprender es la labor de toda una vida.
- Formular un programa instructivo que tenga en cuenta el carácter único de cada niño.
- Atender a las necesidades de cada niño.
- Tratar de liberar al niño en vez de dominarlo.
- Promover la responsabilidad y los buenos valores.
- Brindar los modelos a seguir, las actividades y los conocimientos necesarios que faciliten la creatividad, la intuición y la imaginación de los niños.

Los administradores y maestros de las escuelas, tienen mucha experiencia en lo que respecta a la instrucción orientada a la autoestima; asimismo, gozan de un alto sentido de amor propio, por lo que reciben la admiración y aprecio de la comunidad y de las escuelas en las que imparten su conocimiento. Dichos maestros comprenden a los estudiantes de todas las razas y están conscientes de la diferencia que existe en el aprendizaje. Por otra parte, saben cómo inculcarle al alumno el amor propio y servir como modelo digno de ser imitado.

El programa de estudios pone de manifiesto la riqueza multicultural de California.

En la escuela, los alumnos reciben asesoría de sus propios compañeros y participan en las actividades de la instrucción cooperativa.

El alumno está preparado para aprender los conocimientos fundamentales, que suman a seis: la lectura, la escritura, las matemáticas, la responsabilidad, el respeto a su propia persona y la relación con el prójimo.

Las empresas y los gobiernos colaboran a fin de facilitar el aprendizaje de los conocimientos necesarios para ganarse la vida.

La Comunidad

El ciudadano del siglo vigésimo primero reconoce el papel que desempeñan la autoestima y el sentido de responsabilidad personal y social como vehículo de la aceptación e inclusión de todo grupo étnico, así como a las organizaciones culturales, espirituales y cívicas.

California constituye la democracia multicultural más destacada en el mundo.

Nuestra comunidad (conjunto de comunidades) es un verdadero laboratorio en el que se experimenta con las relaciones sanas entre sus partes integrantes, las cuales constituyen pequeños núcleos democráticos y multiculturales. El estado en su totalidad se ha convertido en una comunidad orientada hacia el aprendizaje.

El ciudadano californiano respeta a toda persona, sin importar el sexo, la raza, el color, la religión, la edad o la orientación sexual.

Las comunidades sanas y los individuos sanos se estimulan y se apoyan entre sí.

Los ciudadanos de la comunidad crean un ambiente sano y seguro. El crimen, la violencia, la falta de vivienda y la drogadicción están en vías de desaparecer ante la *vacuna social* de la autoestima.

Los ciudadanos del estado han encontrado métodos innovadores y eficaces para resolver los conflictos sin necesidad de acudir a la violencia.

Los medios de difusión, reconociendo su destacado papel en la comunidad, cumplen con el compromiso emprendido, presentando un modelo responsable de conducta, a fin de facilitar la autoestima en todos los integrantes de la comunidad.

Las Empresas

En el siglo vigésimo primero, la autoestima y la responsabilidad personal y social forman una parte íntegra de la cultura empresarial.

Las empresas obran para fomentar tanto la productividad como la responsabilidad social. Procuran el equilibrio entre las necesidades humanas, económicas y las de carácter ambiental.

Si somos sinceros, nos vemos forzados a aceptar que la vida es todo lo que nos pertenece. Por ello, la forma en que llevamos nuestra vida fija la clase de (gente) que somos.

—César Chávez a Robert Kennedy

Pacific Gas & Electric Co

La industria del estado valora el medio ambiente, por lo que procura las alternativas no contaminantes.

El ambiente en el lugar de labores y en los programas de instrucción fomentan la autoestima. De esto ha resultado una alta productividad y se han disminuido las ausencias innecesarias.

La economía de California es competitiva y está a la vanguardia del desarrollo de la Región del Pacífico.

Los empresarios y gerentes de empresas tienen un sentido bien desarrollado del amor propio, por lo que procuran fomentar la autoestima en sus empleados, así como la originalidad y la eficacia.

A todos los empleados se les trata de forma equitativa y con respeto, sin importar el sexo, la raza, el color, la edad o la orientación sexual. Los ciudadanos del estado están en pleno desarrollo hacia la autoestima y, al mismo tiempo, aumentando su productividad.

Los Gobiernos

En el siglo vigésimo primero cada componente del gobierno y cada uno de sus programas se han formulado de tal manera que facilitan la autorealización del individuo, haciéndolo autosuficiente. Cada uno de los sobredichos componentes fomenta la autoestima y la responsabilidad personal y social.

Es inherentemente más fácil formular un razonamiento negativo que presentar uno constructivo.

—*John Steinbeck*

Todo ciudadano (así como el no ciudadano) reconoce su responsabilidad personal en lo que respecta a la participación política; asimismo, reconoce el efecto positivo que puede ejercer en el prójimo en toda situación y relación.

El estado es gobernado por individuos responsables con un sentido de amor propio muy elevado, competentes e íntegros que el pueblo ha elegido o que ejercen su cargo por nombramiento. Nuestros gobernantes toman decisiones y resuelven los problemas de una forma sistemática de colaboración que incluye a todos los sectores de la sociedad.

Cada uno de los componentes del gobierno colabora con los sectores público y privado, por lo que se gana el respeto y admiración del pueblo.

Nosotros, los integrantes del Comité en Pro de la Autoestima y la Responsabilidad Personal y Social, creemos que California puede realizar este porvenir. Planteamos este desafío a los ciudadanos del estado de California. En él se cifra la esperanza de este informe y el anhelo de todos los ciudadanos que fomentan la autoestima y la responsabilidad personal y social.

Cómo Llevar a Cabo la Obra

En términos personales, ¿qué puede hacer Ud. para fomentar la autoestima y la responsabilidad personal y social?

Es posible que Ud. quiera hacer algo por su cuenta, por lo que nosotros, los integrantes del Comité, lo aplaudimos. O tal vez quiera enterarse un poco más antes de formular su propio plan. Al leer la sección de este informe "Los Principios Claves para Fomentar la Autoestima y la Responsabilidad Personal y Social," Ud. podrá cerciorarse de lo que hay que hacer. Hay otras secciones del informe que le podrían interesar, así como la

bibliografía que, de repasarla, lo pondría en comunicación con otros recursos bibliográficos, de acuerdo con su interés, talento y orientación.

Por otra parte, para comenzar, podría, sencillamente, comunicarse con las personas que piensan como Ud. El asociarse con la gente que goza de un buen concepto de sí misma y de los demás, no es solamente placentero sino que también estimula nuestra autoestima, y, por consiguiente, procuramos inculcarla en los demás.

¿Dónde se encuentra esta gente? Tal vez ya la conozca. Es muy posible que algunos sean amigos suyos, compañeros de trabajo o gente que Ud. ve todos los días. Tal vez se tope con ellos en el gimnasio, en alguna clase, o en la escuela de parvulitos de un hijo suyo. Asimismo, es muy posible que esté en contacto con ellos en las actividades de la comunidad. Use nuestro informe para entablar una conversación.

Tal vez le convenga comunicarse con otra gente. Para ello, puede inscribirse en alguna clase en la universidad o centro comunitario; puede, asimismo, participar en algún proyecto especial que lo pondrá en contacto con individuos que piensan como Ud. Los grupos de apoyo, los de padres de familia y los de índole terapéutica, como Los Alcóholicos Anónimos, también nos brindan la oportunidad de ver cómo los cambios en el sentido de valía afectan la vida del individuo.

La autoestima está relacionada con la reputación que el individuo cree tener. Por ello, de una forma u otra, tenemos que partir desde este principio—ser responsables por nuestra propia persona, decidir cómo nos hemos de tratar. A veces es importante saber cómo funcionan las influencias negativas que nos crean una imagen negativa de nostros mismos. Pero no hay que quedarnos con eso, ya que no sacamos ningún beneficio al culpar a otros por nuestra falta de amor propio. Al comprometernos a elevar el concepto personal, nos comprometemos a mejorar la salud y a vivir una vida responsable y positiva.

A medida que desarrollamos nuestra autoestima, la fomentamos en otros. Una vez que surge un sentido positivo en algún miembro de la familia, el ambiente del hogar cambia considerablemente. No es posible entregarle a nadie el sentido de amor propio, pero podemos fomentar un ambiente positivo para que el individuo pueda forjarse dicho amor propio. Al hacerlo, nos comprometemos a poner en práctica lo que nos hemos propuesto, integrándolo en nuestra vida cotidiana y en nuestras relaciones.

El porvenir le pertenece a aquéllos que creen en sus sueños.

—Eleanor Roosevelt

©1988 Wernhem Krutein/PHOTOVAULT

Lo mismo acontece en las comunidades que integramos—los barrios, las escuelas, los empleos, las sociedades profesionales y los grupos cívicos, políticos

y religiosos. Cuando nuestra conducta se basa en la convicción de que todo ser humano, incluso nosotros, merece ser tratado con dignidad y respeto, creamos un nuevo ambiente comunitario sano y positivo. Una sola persona puede abrirle el camino a otra para que salga de la estéril desesperanza y pase a la esperanza responsable, dejando atrás el odio de sí misma, el temor y el maltrato de otros, reemplazando lo negativo con el amor propio, la consideración y el respeto.

En última instancia, el trato que damos y recibimos depende de la conducta y compromiso de Ud., más que de este Comité. Hemos dado el primer paso y esperamos que sirva para poner de relieve la autoestima y la responsabilidad personal y social como asunto digno de la atención del público. Sólo Ud. puede realizar las metas que integran este esfuerzo.

Lista de las Personas Encargadas de los Comités en Pro de la Autoestima y la Responsabilidad Personal y Social de los Condados del Estado

Los condados le han proporcionado al Comité Estatal los nombres, direcciones y otros pormenores que presentamos a continuación, a fin de que las personas interesadas puedan acudir a los comités de los condados.

Alameda
Jill L'Esperance
Social Services Department
401 Broadway
Oakland, CA 94607
(415) 268-2100

Alpine
Kathy Hartzell
Box 4
Markleeville, CA 96120
(916) 694-2194

Amador
John Halverson
Amador Unified School District
217 Rex Avenue
Jackson, CA 95642
(209) 223-1750

Butte
Amber Palmer
853 Manzanita Court
Chico, CA 95926
(916) 891-1731

Calaveras
Gary Duda
P.O. Box 1198
Arnold, CA 95223
(209) 795-1155

Colusa
Amber Palmer
853 Manzanita Court
Chico, CA 95926
(916) 891-1731

Contra Costa
George Johnson
Human Services Advisory Commission
Inventory Work Group
2425 Bisso Lane, Suite 103
Concord, CA 94520
(415) 646-5661

Del Norte
Mick Miller
Department of Mental Health
Crescent City, CA 95531
(707) 464-7224

El Dorado
Al Burlingame
2831 Gardella Lane
Camino, CA 95709
(916) 644-3845

Fresno
Pat Imperatrice
1601 West Fairmont, #B
Fresno, CA 93705
(209) 226-1966

Entre lo que atesoro está la lista de los individuos y las organizaciones que nos benefician a todos. A esta lista añado al Comité por haber ideado y promovido el amor propio o la autoestima en todo el país. ¿Acaso hay mejor virtud que la de alentar al prójimo a vivir una vida tranquila y positiva?

—Al Burlingame, Presidente Comité del Condado de El Dorado

El esfuerzo librado para fomentar y mantener la autoestima del individuo, así como la de la colectividad, beneficia la calidad de nuestra vida, así como la de la humanidad en general. El Comité del condado de Fresno se enorgullese de su participación en este novedoso esfuerzo.

—Patricia Imperatrice, Presidente Comité del Condado de Fresno

Glenn
Pat Ireland
1333 W. Sycamore St., #25
Willows, CA 95988
(916) 934-5416

Humboldt
Bonnie Neely
825 5th Street
Eureka, CA 95501-1172
(707) 445-7471

Imperial
Letty Groom
1398 Sperber Road
El Centro, CA 92243
(619) 339-6402

Inyo
Jim Snead
P.O. Box 1046
Bishop, CA 93513
(619) 872-1104 (work)
(619) 873-4966 (home)

Kern
Gigi Sorenson
2420 Pine Street
Bakersfield, CA 93301
(805) 322-1021

Kings
Nick Kenney
Government Center
1400 W. Lacey Blvd.
Hanford, CA 93230
(209) 582-3211

Lake
Nadie en este momento.

Lassen
Jim Chapman
Courthouse
Susanville, CA 96130
(916) 257-8311

Los Angeles
Jim Newman
P.O. Box 1994
Studio City, CA 91604
(213) 877-7800

Madera
Audrey Pool
108 Mainberry Drive
Madera, CA 93637

Marin
Jim Shipley
P.O. Box 4925
San Rafael, CA 94913
(415) 868-2611

Mariposa
Supervisor Arthur Baggett
P.O. Box 784
Mariposa, CA 95338
(209) 966-3222

Mendocino
Tom McMillan
1900 Mooswood
Ukiah, CA 95482
(707) 468-3123

Doug Strong
1900 Mooswood
Ukiah, CA 95482
(707) 463-2437

Merced
Nancy Mengenbier
Department of Mental Health
650 West 19th
Merced, CA 95340
(209) 385-6945

Modoc
Nadie en este momento.

Mono
Tom Wallace
P.O. Box 1176
Mammoth Lakes, CA 93546
(619) 934-8648

Monterey
Katrina Ognyanovich
P.O. Box 7125
Carmel, CA 93921
(408) 373-1493

Es fácil poner en las manos de otros nuestro porvenir—pero ¡acaso no es interesante el hecho de que los que triunfan en este mundo son aquéllos que no hacen tal cosa!

—James W. Newman, Presidente
Comité del Condado de Los Angeles

Napa
Suzanne Shiff
P.O. Box 10031
Napa, CA 94581
(707) 257-7835

Nevada
Charlotte Bollinger
c/o Board of Supervisors
P.O. Box 6100
Nevada City, CA 95959
(916) 265-3211 (trabajo)
(916) 273-6442 (casa)

Orange
Nadie en este momento.

Placer
Tad Kitada
Placer County Office of Education
360 Nevada Street
Auburn, CA 95603
(916) 889-8020 ext. 6726

Plumas
Bob Douglas
P.O. Box 10330
Quincy, CA 95971
(916) 283-2200

Riverside
Aletrice Martin
P.O. Box 868
3939 Thirteenth Street
Riverside, CA 95202
(714) 788-6602

Sacramento
Mary Ellen Rivera
County Self-Esteem Liaison
County Office of Education
9738 Lincoln Village Drive
Sacramento, CA 95827
(916) 366-4370

San Benito
Mike Sanchez
San Andreas School
191 Alverado
Hollister, CA 95023
(408) 637-9269

San Bernardino
Kent Paxton
Department of Public Social Services
468 W. Fifth Street, Suite 110
San Bernardino, CA 92415-0510
(714) 387-8966

San Diego
Norma Colunga
Supervisor Leon Williams
1600 Pacific Highway, MS-A500
San Diego, CA 92101
(619) 531-5865

San Francisco
Frank Siccone
City Hall, Room 245
San Francisco, CA 94102
(415) 922-2244

Tressa Chambers-Myers
436 Goldmine Drive
San Francisco, CA 94131
(415) 821-6334

San Joaquin
LaDonna Johnson
County Administrator's Office
222 East Webber, Room 207
Stockton, CA 95202
(209) 944-2111

San Luis Obispo
Linda Shepard
County Office of Education
P.O. Box 8105
San Luis Obispo, CA 93402
(805) 543-7732

San Mateo
George Riley
401 Marshall Street
Redwood City, CA 94063
(415) 363-4221

Santa Barbara
Charlene A. Chase
Department of Social Services
117 E. Carrillo
Santa Barbara, CA 93101
(805) 568-3200

Santa Clara
Cecelia Arroyo
Santa Clara County Self-Esteem
Office of County Executive
70 West Hedding, E. Wing,
11th floor
San Jose, CA 95110
(408) 299-4714

Santa Cruz
Lynn C. Miller
McDowell Youth Homes, Inc.
P.O. Box 1086
Aptos, CA 95001-1086
(408) 688-8697

Shasta
Karen S. Frost
1644 Magnolia Avenue
Redding, CA 96001
(916) 244-4600

Sierra
Donald McIntosh
P.O. Box 504
Downieville, CA 95936
(916) 289-3194

Siskiyou
LeRoy Foster
P.O. Box 65
Mt. Shasta, CA 96067
(916) 926-5620

Solano
Lee Sturn-Simmons
321 Tuolumne Street
Vallejo, CA 94590
(707) 553-5363

Sonoma
Kate Jenkins
CHDC
2462 Mendocino Avenue
Santa Rosa, CA 95403
(707) 523-1155

Stanislaus
Annarae Luevano
118 North Avenue
Turlock, CA 95380
(209) 667-0885

Sutter
Richard Empey
1025 Teesdale Road
Yuba City, CA 95991
(916) 674-2261

Tehama
Steven R. Chamblin
Tehama County Department
of Education
P.O. Box 689
1135 Lincoln Street
Red Bluff, CA 96080
(916) 527-5811

Tuolumne
Gloria Dunn
P.O. Box 879
Tuolumne, CA 95379
(209) 928-4826

Trinity
Robert C. Kausen
State Route 2-3968
Trinity Center, CA 96091
(916) 266-3235

Tulare
Mary Louise Vivier
Kaweah Delta District Hospital
400 W. Mineral King
Visalia, CA 93291
(209) 625-7241

Ventura
Angie Varela
Supervisor John Flynn
800 S. Victoria Avenue
Ventura, CA 93009
(805) 654-2706

Los comités o grupos de estudio de los condados fomentan y mantienen los principios del amor propio entre la ciudadanía del estado de California.

—LeRoy Foster, Presidente
Comité del Condado de Siskiyou

¿Acaso no sería un verdadero milagro si, al volver a descubrir el amor propio—el cual es inmemoriable, valiosísimo y gratuito—redujeramos los gastos de nuestros males personales y sociales? Estamos convencidos que debemos intentarlo.

—Helen Rudee, Presidente
Comité del Condado de Sonoma

Yolo
Sandi Redenbach
313 Del Oro Avenue
Davis, CA 95616
(916) 666-0264 (trabajo)
(916) 756-8678 (casa)

Yuba
Howard Hayes
Yuba City Superintendent of Schools
938 14th Street
Marysville, CA 95901
(916) 633-2473 (trabajo)
(916) 741-6231 (casa)

III. La Definición de la Autoestima

Cómo Se Define la Autoestima

Estimar el valor propio y su importancia y estar dispuesto a aceptar la responsabilidad de mis propios actos y comportarme de una forma responsable ante los demás.

Al término de varios meses de testimonio y deliberación, el Comité formuló la definición arriba citada relativa a lo que es la autoestima o amor propio, sobre todo en lo que respecta a la responsabilidad personal y social.

Al formular esta definición, facilitamos la comprensión y la comunicación.

Claro está que cada individuo tiene la capacidad de intuir lo que es el amor propio; sin embargo, no debe de sorprender a nadie que haya una gran variedad de definiciones, a menudo, formuladas por personas conscientes e instruidas.

Al argumentar la mejor definición para la autoestima, descubrimos, sorprendidos, que cada quien valora de forma distinta el amor propio, o sea que algunos aspectos son más importantes que otros. Naturalmente, las ideas que presentamos al respecto están plenamente influidas por nuestra propia experiencia.

Para algunos, la autoestima equivale al aprecio e importancia que nos concedamos como individuos, reconociéndonos honrados. Para otros, el aceptar la responsabilidad por nuestros propios actos y comportarse de una forma responsable ante los demás son de mayor importancia.

Dime y se me olvidará. Muéstrame y tal vez no me pueda acordar. Solicita mi participación y comprenderé.

—Dicho Indígena Americano

El Comité Estatal en Pro de la Autoestima y de la Responsabilidad Personal y Social se esmeró largas horas, a fin de rebuscar los distintos significados de este concepto. Descubrimos que algunos investigadores tenían por autoestima lo que nos parece completamente opuesto: el ensimismamiento falso, vano y narcisista que, en última instancia, estorba el desarrollo del amor propio sano y benéfico.

Presentamos estas ideas a fin de conocer algunos aspectos de la definición y distinguir entre la autoestima sana y lo que sería, sencillamente, la vanagloria.

Comentario sobre la Definición

"Estimar el valor propio y su importancia . . ."

Estimar el valor propio y su importancia quiere decir que estamos conscientes de nuestro inherente valor, tanto propio como el de los demás, y sabemos que nos pertenece un sitio en este mundo.

Hay una inherente importancia en el hecho de ser un ser humano, importancia a la que se referían los autores de la Declaración de Independencia al declarar que todo ser humano "es agraciado por su Creador con ciertos derechos inalienables . . ." Esta convicción relativa a la dignidad del ser humano hace mucho que forma parte de la herencia moral y religiosa de este país. Cada persona es única y valiosa por el sencillo hecho de que ha recibido el maravilloso don de la vida. Este es un valor inherente que nada—ni adversario ni desgracia—puede denegar.

Robustecemos este sentido de valor inmanente cuando reconocemos las habilidades de cada individuo y promovemos su desarrollo, a fin de beneficiar la sociedad. Entre más nos esmeramos por reconocer y desarrollar las habilidades o dones de otros, más conscientes estamos de nuestro propio valor e importancia.

Nuestro amor propio se siente halagado cuando alcanzamos las metas que nos proponemos y estamos plenamente satisfechos con nuestros triunfos. La capacitación que resulta del desarrollo de nuestra aptitud o habilidad nos ayuda conllevar los achaques de la vida, reafirmando siempre nuestro valor e importancia ante cualquier adversidad.

Estimar el valor propio y su importancia no quiere decir que comparamos nuestras habilidades, en términos de cantidad y calidad, con las de otra persona. La aptitud de cada individuo es valiosa y necesaria. Todos contribuimos de alguna forma a la sociedad. La vida es más plena y la sociedad se ve enriquecida entre más desarrollamos nuestras habilidades a favor propio y del prójimo.

Hoy día, a menudo, se define la responsabilidad como una obligación, algo que se impone desde fuera. Sin embargo, la responsabilidad, en su verdadera acepción, es una acción totalmente voluntaria; es mi reacción ante la necesidad, expresada o no expresada, de otro ser humano.

—Erich, Fromm, Psicoterapéutico

El estimar significa mucho más que reconocer. Estimar quiere decir fomentar, atesorar, respetar y gozar de nuestro inmanente valor, así como el valor que adquirimos. Con esta actitud positiva ante la vida y ante los demás se fortalecen los cimientos de nuestra autoestima.

Este es el orgullo que surge de una actitud sana ante sí mismo, la cual depende del conocimiento razonable de nuestras fuerzas y flaqueza. Difiere de lo que llamaríamos la *vanagloria* o pseudoestima, lamentable condición que se caracteriza por la vanidad y la arrogancia. Dicha vanagloria esconde la verdadera identidad o personalidad del individuo, disimulando su vergüenza o desafecto.

Al pasar a estimar nuestro valor, estamos seguros de nuestra capacidad, nos sentimos adecuados y confiamos en nuestra aptitud para vivir plenamente y de forma responsable. Esta maduración facilita el bien estar psicológico y espiritual que, a su vez, forma parte del sentido que tenemos de lo que somos y la relación que tenemos con los demás.

". . . y estar dispuesto a aceptar la responsabilidad de mis propios actos"

No es de ninguna utilidad estimar el valor propio y su importancia, si no se fomentan la honradez y la integridad en nuestras acciones. Es necesario fomentar la integridad. Esta proviene del sentido sano de la personalidad del individuo y, como en todo fenómeno, necesita estimularse.

Para el ser humano la maduración del intelecto siempre es posible. Mientras seamos seres humanos, estaremos en pleno desarrollo hacia la honradez y la integridad en nuestras acciones.

La integridad del individuo se manifiesta en las acciones y valores que conllevan el respeto propio, así como el que se le concede a los demás. El comportamiento revela lo que nos es importante. La honestidad, la compasión, la disciplina, la industria, la reverencia, la perseverancia, la devoción, la capacidad de perdonar, la bondad, la valentía, la gratitud y la gracia son algunas de las cualidades que provienen de la integridad.

Esta integridad u honradez se fomenta en el seno de la familia que, al aceptar al niño tal como es, le brinda su afecto y afirma el valor e importancia del mismo. Los individuos que han sido objeto de este afecto se ven libres de la carga imposible de *probar* su valor. Tienen la libertad de ser lo que son: seres humanos que reciben y dan cariño.

Todo niño necesita ser respetado de una forma constante y desde los primeros momentos de vida.

La integridad sin conocimiento es débil e inútil, y el conocimiento sin integridad es peligroso y terrible.

—Samuel Johnson, Autor Inglés

No hay forma de sustituir a la familia afectuosa, en cuyo seno el individuo aprende a estimar su valor propio. Sin embargo, existen otras comunidades (las escuelas, las iglesias y el empleo) que pueden ayudar a fomentar la integridad y la autoestima en el individuo.

Nosotros mismos también debemos fomentar el sentido de integridad. Debemos apreciar la originalidad de nuestra persona, afirmar el valor propio y estimar nuestra importancia. Asimismo, debemos ser independientes y tener muy presente el valor del papel que desempeñamos en la sociedad.

La combinación del carácter o genio con la estima del valor propio nos da un ciudadano sano y productivo.

". . . aceptar la responsabilidad de mis propios actos"

Aceptar la responsabilidad de nuestros propios actos es aceptar las consecuencias de nuestro comportamiento. El esmero con que cuidamos nuestra salud a través de la dieta y el ejercicio es un buen ejemplo de este sentido de responsabilidad.

La responsabilidad, a veces, nos parece demasiado severa cuando se impone desde fuera, pero cuando sentimos la responsabilidad derivada de un acto de voluntad personal, nos vemos libres de toda confusión y engaño.

El individuo que se hace responsable por su conducta, se precia de estimable, capaz de tomar decisiones por su propia cuenta. No espera ser feliz por la acción de otros, ni culpa al prójimo por sus desgracias. Este individuo se hace responsable por su propia vida, sin acusar a otros de haberle estorbado el triunfo y, en lo posible, se mantiene por sí mismo.

La persona responsable no vive una vida sin rumbo. Escoge deliberadamente los valores y las normas que rigen su vida. Aprende de sus fracasos y aprovecha las oportunidades que se le presentan para madurar y aprender.

"... y comportarse de una forma responsable ante los demás"

Entre más estimamos nuestro valor e importancia, más fácilmente reconocemos y apreciamos el valor e importancia de los demás. Al madurar, conscientes de la originalidad de nuestra persona, llegamos a respetar la condición única de los demás; de esta forma apreciamos el valor de nuestra diferencia.

A pesar de que todos somos seres humanos, tenemos muchas formas de expresión; éstas dependen de nuestra individualidad, o bien, de nuestra cultura. Cuando nos comportamos de una forma responsable ante los demás, estamos más dispuestos a aceptar dichas diferencias. Reconocemos que todos tienen el derecho a tomar sus propias decisiones y ser responsables por las mismas.

Sin embargo, no es suficiente estar consciente de estos derechos. Cuando realmente apreciamos el valor de los demás, nos vemos movidos a llevar a cabo alguna acción que manifieste el respeto y la dignidad con que tratamos al prójimo.

Respetamos a los demás cuando nos libramos de nuestro ensimismamiento y le prestamos atención al prójimo—lo escuchamos, lo comprendemos y nos esmeramos por él.

Cuando le damos valor a nuestra propia humanidad, nos vemos movidos a acercarnos al prójimo y estamos dispuestos a apoyar las instituciones y derechos que nos brindan la auténtica humanidad: el hogar, la herencia cultural, la democracia y el ambiente sano y positivo.

La responsabilidad tiene una dimensión personal, la cual induce a cada persona a procurar la relación respetuosa con los otros miembros de la familia, con los amigos, con los colegas y los clientes, con la gente desconocida que se encuentra en la calle y con todo ser humano en todas partes.

La conducta responsable también atañe a las empresas. Todos pertenecemos a grupos y empresas que están en contacto con otros grupos. Como miembros de familia, como fieles de alguna religión, como alumnos o maestros, como socios de alguna firma o de algún grupo social, como naciones y estados, debemos insistir siempre que todo grupo se comporte de una forma responsable.

Nuestra sociedad es cada día más diversa. Se forma de una gran variedad de culturas. Una de las dimensiones de la responsabilidad es la aptitud para aprender a estimar esta diversidad—esmerándonos por la unidad pacífica y productiva pese a las diferencias raciales, étnicas, culturales y religiosas.

La conducta responsable ante los demás requiere la habilidad para estimar nuestro propio valor e importancia. Cuando estimamos el valor de nuestra persona echamos los cimientos que nos permiten reconocer y apreciar el valor de los demás. La compasión basada en el conocimiento va

más allá del mero enternecimiento. Por ella, se puede apreciar las diferencias entre los seres humanos. Cuando nos esmeramos de una forma responsable por los demás sabemos cuándo debemos desistir o decir que no y cuándo debemos pasar a ayudar al prójimo. El comportarse de una forma responsable ante los demás equivale a respetar al prójimo, así como nos respetamos a nosotros mismos.

Nadie nos puede humillar sin que nosotros lo permitamos.
—*Eleanor Roosevelt*

Cuando aprendemos a apreciar los dones que tenemos, aprendemos a apreciar los dones de los demás.

Y es así como formamos parte de un mundo más sano y abundante.

IV. Principios Claves para Fomentar la Autoestima y la Responsabilidad Personal y Social

En esta sección se explica cómo se puede fomentar o reestablecer un sentido sano de autoestima y responsabilidad personal y social. La oposición a estos principios, por lo general, destruye el amor propio y desmoraliza al individuo. Consecuentemente, nadie se reponsabiliza por sus propios actos.

De acuerdo con la definición formulada por el Comité, la autoestima consiste en:

Estimar el valor propio y su importancia y estar dispuesto a aceptar la responsabilidad de mis propios actos y comportarme de una forma responsable ante los demás.

Además de esta definición, los principios que presentamos se apoyan en las siguientes premisas:

1. La autoestima o amor propio siempre se fomenta en el ámbito social. El individuo sostiene una relación interna (con su propia persona) y externa (con los demás y con el mundo físico). Asimismo, hay la relación transpersonal (con Dios/el cosmos/el universo).
2. Cada uno de estos principios se aplica a la relación social de todo individuo, ya sea con su propia persona, con algún poder trascendental, con un amigo, el padre con el hijo, el maestro con el alumno, el guardia con el reo en una prisión, el psicoterapéutico con un cliente, el votante con el político y el consumidor con el negociante, etc.
3. Cuando se cultiva el amor propio sano se afecta, de forma directa y positiva, la responsabilidad personal y social del individuo.
4. La ciudadanía responsable depende de la responsabilidad personal y social.
5. Para fomentar la autoestima, así como la responsabilidad personal y social, en los demás, nosotros también tenemos que haber madurado en ese respecto.

Siempre es posible desarrollar la autoestima sana, ya que todos tenemos la capacidad de cambiar. Sabemos que el respeto a sí mismo se puede reestablecer en cualquier persona. En este documento presentamos las ideas y sugerencias que creemos útiles para fomentar y mantener el amor propio o autoestima entre los individuos, las familias y grupos comunitarios.

Se pretende sacar a luz varios asuntos importantes, a fin de estimular el intelecto y pasar a comentarlos y estudiarlos con mayor detenimiento. Por eso, después de tratar estos asuntos presentamos una lista de libros e incluimos una bibliografía más extensa en el apéndice de este informe.

Recomendamos que los interesados procuren otras fuentes de información para ayudarse a fomentar el valor de la persona. Cuando reconocemos que existe la necesidad de encontrar otras fuentes de información, así como consultores o asesores, y nos ponemos a buscarlos activamente, manifestamos de modo concreto lo que es la autoestima y la responsabilidad personal.

Es decir que la acción que llevamos a cabo es muy importante. Para fomentar el amor propio, así como el sentido de responsabilidad, no basta leer palabras alentadoras. Tenemos que poner en práctica diariamente los principios que se presentan en este documento. En algunos casos esta tarea es fácil; en otros, hay más dificultad. Nos sentimos satisfechos, sin embargo, cuando decidimos hacer el esfuerzo necesario para madurar y ampliar nuestros conocimientos. Asimismo, hay que estudiar el asunto propositadamente y llevar a cabo la acción que sea necesaria.

Estimar el Valor Propio y Su Importancia

En la primera categoría de los principios claves se encuentra la capacidad para reconocer y estimar el valor propio y su importancia en cada individuo. Algunos factores al respecto se describen en las secciones que siguen.

Cómo Aceptar lo que Somos

Cada individuo tiene un deseo profundo de gritar: "Quiero que me amen y me acepten tal como soy." A veces nos topamos con alguna gente que nos aprecia de tal forma. Sin embargo, en última instancia, el individuo mismo tiene que aceptarse y quererse bien.

Para hacerlo, hay que ver, claramente, quiénes somos. Desde luego que no tenemos que estar encantandos con todo lo que encontramos. Podemos admitir, por ejemplo, que a veces somos impacientes. Es un sentimiento humano y no tenemos que negarlo ni despreciarnos porque así nos sentimos.

Me corresponde todo lo que es mío—mi cuerpo . . . los sentimientos que tengo . . . las acciones que llevo a cabo . . . A mí me corresponden mis triunfos y éxitos, mis fracasos y errores . . . Soy quien soy y estoy satisfecha.

—Virginia Satir, Terapéutica Familiar

No se trata de esforzarse para alcanzar la aceptación o estima sino reconocer el valor que ya existe. Nuestros sentimientos forman parte de este valor por lo que, al aceptarlos, fomentamos el amor propio. "Acepto mis sentimientos y acepto mi persona." De esta forma nos hacemos personas más responsables. "Sé cómo me siento y soy capaz de decidir cómo he de actuar. Sé que no tengo que echarle la culpa a nadie."

A medida que pasa el tiempo, nos aceptamos, nos estimamos con mayor facilidad y nos regocijamos de ser quienes somos. Cada persona es única. Cada individuo puede regocijarse de pertencer a un pueblo o gente, a un grupo étnico y a una cultura propia. Podemos estar satisfechos con nuestro cuerpo y con nuestro sexo. Asimismo, aceptamos las ideas que tenemos, nuestros sentimientos y nuestro talento creador.

Lo que es curiosamente paradójico es que, al aceptarme tal como soy, adquiero la capacidad para cambiar.

—Carl Rogers, Psicólogo

Cuando nos aceptamos tal como somos no quiere decir que hacemos caso omiso de la necesidad de madurar y mejorar nuestra persona. Al contrario, es el primer paso que damos cuando queremos cambiar. No podemos decidir lo que vamos a hacer hasta que aceptamos nuestra persona y la situación en la que estamos. Es así como nos damos cuenta que tenemos la capacidad para cambiar. Se puede aprender a nadar una vez que se reconoce que no se sabe nadar. Estamos dispuestos a aprender y tenemos la capacidad para hacerlo.

Proponerse Metas Realizables

Sueño que algún día mis cuatro hijitos vivirán en un país en el que no serán juzgados por el color de su piel sino por la calidad de su persona.

—Martin Luther King, Jr.

Una vez que se decide cambiar, hay que proponerse algunos objetivos. Los sueños y las metas son como los huertos: entre más los cultivamos, más abundante su fruto. Pero se necesitan metas apropiadas y realizables. Cuando nos exigimos muy poco, ofendemos nuestro espíritu, el amor propio. Por otra parte, cuando queremos abarcar más de lo que nos corresponde, malogramos el gusto de triunfar. Cuando se espera demasiado, se sufren decepciones y decae el espíritu.

Entre nosotros, hay quienes se proponen metas extraordinarias. Esto está bien con tal de que dichas metas también sean realizables. Marva Collins, por ejemplo, da clases de griego y latín, imparte matemáticas avanzadas y enseña las obras de Shakespeare en las escuelas pobres de Chicago. Ella supo comunicar su firme convicción de que los alumnos eran capaces de aprender. Alentándolos con el triunfo, ellos se entusiasmaron y se pusieron a estudiar los materiales que ella les presentó.

Las metas que tenemos corresponden a nuestra autoestima: "Quiero encontrar mi propio camino en lo que respecta a mi persona, y soy capaz de progresar de forma competente y responsable mientras amplío mis conocimientos." Es importante reconocer que no nacimos para satisfacer lo que otra gente espera de nosotros. Para contribuir algo al mundo, tenemos que estimar nuestro valor personal y tratar de realizar nuestros sueños.

Perdonar Nuestras Ofensas, así como las del Prójimo

Nuestro sistema de educación se funda enteramente en las "respuestas correctas," por lo que se teme el error y el talento creador adolesce.

—Arthur Combs, Ph.D.
Profesor Distinguido de la Universidad del Norte de Colorado

Perdonar quiere decir dejar de sentir resentimiento. Cuando se deja el resentimiento o rencor, sea dirigido a sí mismo o a los demás, se puede vivir tranquila y positivamente, sin necesidad de pensar en el pasado. El perdón nos libera del pesado fardo del rencor que nos consume la energía y el amor propio. Asimismo, cuando aceptamos el perdón de los demás, podemos seguir adelante con nuestra vida.

Somos capaces de aprender algo ante nuevas y difíciles situaciones cuando no tenemos una actitud crítica: "En otra ocasión esto me causó dificultades en el trabajo. Esta vez, sin embargo, no procuro la perfección. Haré el trabajo lo mejor posible, sin preocuparme cómo compara con algún supuesto ideal."

Con los errores se aprende y, tanto el individuo como la colectividad, se orienta. El desarrollo positivo, la maduración, es realizable cuando estamos dispuestos a recibir nuevas ideas y posibilidades.

Atreverse a Nuevas Hazañas

Para que haya progreso hay que arrojarse; no se puede pasar a segunda base y conservar un pie en primera.

—Anónimo

Para madurar y desarrollar su persona, el individuo necesita encontrar el valor necesario para investigar nuevas ideas y llevar a cabo nuevos proyectos. Es decir que hay que atreverse a nuevas hazañas, ir más allá de lo que consideramos terreno resguardado. En un estudio reciente de la Fundación Carnegie, se encontró que los más cuerdos (estado mental sano), están más dispuestos a emprender nuevas empresas.

Por lo general, nos da miedo cambiar, aun cuando queremos cambiar. En varios casos preferimos seguir viviendo bajo condiciones difíciles en vez de tomar las medidas necesarias para resolverlas por no pasar a terreno desconocido. "Mejor malo por conocido que bueno por conocer," como dice el dicho. Por eso algunos no progresamos. Nos quedamos estancados por el miedo de lo desconocido.

Por ejemplo, por ser comportamiento nuevo, no siempre es fácil exigir la atención o consideración de los demás. La acción de pedir la consideración de otros forma parte del desarrollo o maduración personal. Cuando satisfacemos nuestras propias necesidades, otros siguen nuestro ejemplo y se hacen responsables por las suyas.

La seguridad es, sobre todo, superstición. No existe en la naturaleza. . . . La vida es una aventura temeraria o no es nada.

—Helen Keller

©1980 Werner Krutein/PHOTOVAULT

La Confianza en Nosotros Mismos y en los Demás

Si confías en otros sufrirás, pero si no confías en nadie, nunca aprenderás a amar.

—Mohandas Gandhi

A medida que maduramos, comenzamos a confiar en nuestra capacidad para desarrollar nuestras mejores cualidades. El psicólogo Carl Rogers recomienda que el individuo confíe en su propia capacidad, a fin de "sentir los sentimientos propios . . . y expresarlos a su manera."

Cuando tenemos fe en nuestra capacidad y en nuestro juicio, inspiramos esa misma fe en los demás. Cuando nos fiamos de otras personas, estamos comunicándoles que las consideramos dignas de confianza. No podemos responsabilizarnos por la vida ajena, por lo que es importante que cada quien se encargue de su propia vida y tenga fe en su propia persona.

Sin embargo, hay que ver en quién confiamos. La confianza no se deposita enteramente ni tampoco se retira toda. A veces nos fiamos de otras personas en algunas cosas y no en otras; pero podemos aumentar la confianza, apoyados en la que ya existe. Asimismo, somos capaces de aprender a decidir cuándo y cuánta confianza hemos de depositar en otros. Del resultado de esta acción, ya sea positiva o negativa, maduramos ampliamente.

No hay nada que mejor ayude al individuo que la responsabilidad que se le da, haciéndole saber que se confía en él.

—Booker T. Washington

©1997 Werner Krutein/PHOTOVAULT

Cómo Expresar Nuestros Sentimientos

Todo sentimiento es honesto. El problema reside en cómo usamos los sentimientos.

—Virginia Satir, Terapéutica Familiar

Por sí mismos los sentimientos no son ni buenos ni malos. Son huellas de nuestra preocupación principal, de nuestros compromisos más importantes, de nuestras necesidades y de nuestros deseos. Podemos aprender a expresar los sentimientos sin causar daño a nadie, ni a sí mismo. Cuando expresamos un sentimiento auténtico, descubrimos quienes somos en lo más hondo de nuestro ser.

A continuación presentamos un ejercicio que podría ser útil:

1. Reflexione sobre su estado de ánimo. ¿Cómo se siente? ¿Qué es lo que siente en cada una de las partes del cuerpo?
2. Intente dar nombre a lo que siente. Si oye alguna vocecita en su interior que lo critica por sentirse de esa forma, no le haga caso. Recuerde que todo sentimiento es legítimo.
3. Deje que el sentimiento se exprese ampliamente. Haga un esfuerzo de separar los sentimientos de la necesidad de resolverlos.
4. Pregúntese si prefiere expresar los sentimientos ahora mismo o si los deja para otro momento. ¿Desea hacer algo ahora o más tarde? Recuerde que hay alternativas.

Si queremos alcanzar la plenitud como personas, tenemos que expresar nuestros verdaderos sentimientos sin demora, de forma auténtica y sin manipular a los demás. Por ejemplo, podemos decir: "Cuando veo que le das puntapiés al perro, me enojo." En vez de decir: "¡Me pones furioso! ¡Si fueras mejor persona, no harías eso!

Cuando somos francos y auténticos, diciendo la verdad, maduramos ampliamente. Compartimos con otros los sentimientos positivos como el afecto, la comprensión, la atracción, el gusto, el alivio y el entusiasmo; asimismo, compartimos con otros la ira, el dolor, la tristeza y el temor. Cuando somos fieles a nuestros sentimientos verdaderos, éstos corresponden a lo que decimos, a lo que sentimos y a las acciones que llevamos a cabo.

Cada cultura tiene su forma de expresar los sentimientos y el respeto hacia el prójimo. Sin dejar de observar nuestras variadas tradiciones, podemos aprender a darle importancia a la expresión del cariño. (De acuerdo con varios estudios recientes esto es de suma importancia.) En lo que toca a los niños (y en los adultos también), esto es muy importante. Debemos hacer el esfuerzo para expresar nuestro cariño por medio del juego, la caricia, el abrazo y por cualquier otra forma apropiada.

Cómo Estimar Nuestro Talento Creador

Sin las almas creadoras que piensan y juzgan por sí mismas, el progreso de la sociedad llega a ser tan inconcebible como el desarrollo del individuo sin el fértil abono de la comunidad.

—Albert Einstein

Ya que cada individuo es capaz de tener talentos creadores, el apreciarlos es de suma importancia para el apoyo del amor propio. La expresión creadora tiene muchas formas—desde el arte expuesto en los museos o la música hasta la habilidad de educar a los hijos o llevar un negocio. Sin importar la vía de expresión, cuando expresamos nuestros talentos, nos sentimos halagados como personas.

Cómo Estimar Nuestra Espiritualidad

La espiritualidad se refiere a los vínculos que sentimos con el universo. Cuando hablamos de este fenómeno decimos que nos comunicamos con Dios, con el Dios interior, con la Divinidad o con la conciencia superior. Nos consideramos personas de valor cuando tenemos presente nuestra dimensión espiritual.

Es la naturaleza del ser humano sentir el fenómeno de la espiritualidad. Es necesario fomentar el espíritu si se quiere tener un concepto positivo de

Los antiguos sabían algo que, aparentemente, hemos olvidado. Todo medio resulta un instrumento sin filo, si no está respaldado por un vivo espíritu.

—Albert Einstein

sí mismo. La meditación, la oración, el sosiego o relajamiento y otras formas de quietud nos facilitan el contacto con las fuerzas interiores, con el mundo y con el valor o santidad de la vida.

Cómo Estimar Nuestro Intelecto

Todo lo que toca el hombre está cargado de intención . . . El mundo del ser humano está pleno de significado. Tolera la ambigüedad, la contradicción, la locura o la confusión, pero no la falta de significado.

—Octavio Paz, Ensayista Mexicano

A veces el dolor y la confusión que sentimos provienen de la forma habitual de pensar. A través de los años, tenemos pensamientos negativos como: "Soy muy gordo" o "No soy capaz de hacer tal cosa." Esto llega a dominar el concepto personal. Entre más se piensa así, más se enraizan estos pensamientos en la mente y mayor parece su exactitud con respecto a lo que somos. Esta idea, por consiguiente, menoscaba el amor propio y cambia el comportamiento de forma anormal.

Sin embargo, no tenemos que ser víctimas de los pensamientos destructivos. Si los vemos con ojo crítico, descubrimos que no son sino ideas o fantasías y, por lo tanto, podemos cambiar nuestro concepto personal, si así lo deseamos.

Cuando reemplazamos estas ideas falsas y destructivas con otras positivas y honestas llegamos a ser más felices y productivos. En general, fomentamos el amor propio sano.

Cuando maduramos aprendemos a discriminar entre los buenos y malos pensamientos relativos al fomento o destrucción de la autoestima. El desarrollo de la fuerza de voluntad para aprovechar las ideas y pensamientos positivos forma parte de una vida consciente.

Cómo Estimar Nuestro Cuerpo

Creo en la carne y en los apetitos. El ver, oír y sentir son milagros y cada parte de mi ser es un milagro.

—Walt Whitman

El cuerpo que poseemos, claro está, forma parte de nuestra persona. Cuando nos avergonzamos de nuestro cuerpo o lo rechazamos de alguna manera, menoscabamos la entereza de nuestra existencia. Sería como avergonzarnos de nuestro espíritu o de nuestro intelecto. Si se aprende a sentir vergüenza, también se puede aprender a estimar.

El respeto y esmero con que tratamos el cuerpo corresponden a la gratitud que sentimos ante la vida. El cuerpo tiene cinco sentidos, cada cual con su correspondiente propósito. Cuando decidimos entender las facultades del cuerpo y las desarrollamos, alcanzamos la plenitud. Entre más se disfruta de los sentidos y del cuerpo, mayor el deleite de ser quienes somos.

Dado que posee un cuerpo, todo ser humano es sexual. Cuando estimamos el cuerpo y su sexualidad contribuimos a la salud física y psíquica. Asimismo, fomentamos la autoestima y el comportamiento responsable.

Tenemos que instruirnos, a fin de comprender el papel del cuerpo en lo que respecta a la plenitud del individuo. Si estamos atentos al desarrollo del cuerpo, estamos más capacitados para resistir las congojas, las enfermedades y las adicciones.

Cuando nos entregamos de forma exagerada a los deleites de los sentidos, ya sea consciente o inconscientemente, nos arriesgamos a menoscabar el amor propio, así como la responsabilidad personal y social. Es necesario fomentar un aprecio más profundo de nuestra dimensión física, a fin de templar el dolor y los momentos desagradables de la vida, dejando en su lugar la admiración y el deleite.

Cómo Estimar el Valor e Importancia de los Demás

La estima del valor propio es semejante al aprecio que sentimos por el prójimo, y ambos son importantes para el desarrollo de la autoestima y de la responsabilidad.

El que es capaz de amarse es capaz de amar a otros; el que supera el desprecio de sí mismo supera el desprecio hacia el prójimo.

—Paul Tilich, Téologo/Filósofo

Cómo Reafirmar el Valor Único de la Persona

Cuando se deja de pensar conscientemente que todo ser humano merece nuestra consideración, simplemente por ser un hombre, la civilización, así como la moral, sufren un fuerte revés y la marcha hacia la inhumanidad es inevitable.

—Albert Scheuvitzer

Todo individuo merece ser apreciado y reconocido por su valor personal. Para apreciar las contribuciones de cada individuo, hay que reconocer los factores positivos, así como la personalidad, de cada quien. Todos, sin excepción, podemos aportar algún don o habilidad a la comunidad. Todos somos importantes en ese respecto.

Sin embargo, no llegamos a descubrir el valor propio si nos comparamos a los demás. No hay diferencia de valor en la humanidad; todos somos intrínsecamente iguales en el valor que tenemos como seres humanos. Sabiendo esta verdad, estamos capacitados para apreciar a toda persona, su esfuerzo, intención y valor. Cuando se trata al prójimo de forma positiva, éste procura unirse a nosotros.

La Consideración Personal

La vía principal del amor es la consideración. Cuando amamos a otro, le otorgamos nuestra atención. La forma más común e importante de prestar atención es escuchar.

—M. Scott Peck, Psiquiatra

Todos necesitamos la consideración de los demás. Para ese fin, debemos aprender a escuchar atentamente y sin interrupción. Asimismo, hay que ser franco y abierto, a fin de que los demás sientan la confianza para pedirnos nuestra consideración.

Para este efecto, hay que reaccionar de la forma que mejor respete la dignidad del prójimo, así como la nuestra. No basta saberlo; tenemos que comunicar el respeto, ya sea por medio de gestos, palabras o acciones, y cerciorarnos de que la otra persona comprende este mensaje.

Cómo Se Manifiesta el Respeto, la Aceptación y el Apoyo

Es necesario tratar al individuo con respeto desde los primeros momentos de vida. Lo que sentimos desde muy tierna edad es sumamente importante; esto es lo que nos dicta si nos sentiremos seguros, amados y estimables.

No es ninguna exageración decir que es importante aceptar y apreciar a los demás. Es decir, hay que aceptar los sentimientos, las ideas, el cuerpo, el intelecto y el espíritu del individuo. Asimismo, debemos apreciar las diferencias personales y culturales de los demás. Debemos cuidar de no exigir que el individuo deniegue o rechace su verdadero ser, a fin de ganarse nuestra aprobación o estima.

El que aceptemos a los demás no quiere decir que siempre aprobamos lo que hacen. Podemos tener bien clara esta distinción en los pensamientos, en las palabras y en las acciones. El que trata de alcanzar alguna meta sin lograrlo, no quiere decir que es un fracasado; y el que hace alguna transgresión no es necesariamente una persona mala. Podemos castigar a

Vivimos con el apoyo de los demás y morimos sin él—lenta, triste y amargamente.

—Celeste Holm, Actriz

Pacific Gas & Electric Co

los criminales u oponernos a las malas acciones de otros, sin condenarlos como individuos.

Claro está que no nos podemos responsabilizar por la vida de los demás, pero sí tenemos la responsabilidad de crear y mantener una sociedad positiva, en la que se trata a todo el mundo con dignidad y respeto. Hay siempre alguna manera de expresar el respeto y apoyo hacia los ancianos, los jóvenes, los que son distintos de los demás y hacia los desposeídos.

Cómo Fijarse Metas u Objetivos Realizables

La felicidad proviene del gusto derivado de la hazaña y del placer ante el esfuerzo creador.

—Franklin D. Roosevelt

Es muy importante promover lo mejor en la persona, ya sea en estudios, en habilidades atléticas o en los conocimientos sociales; asimismo, debe promoverse la mejor calidad en todo lo que toque el espíritu y la aptitud laboral. Esto se puede hacer en el seno de la familia, en las escuelas y en los grupos comunitarios. Cuando hay metas en la vida, el ser humano se siente orientado; descubre sus aptitudes, las desarrolla y las expresa, y, al hacerlo, llega a sentirse satisfecho de sí mismo.

El deseo de triunfar proviene de un hondo e indestructible sentido de valor propio. Sin embargo, el inverso de esto no es verdad; es decir que causamos un grave daño a los niños y a los adultos cuando los queremos o estimamos su valor por los triunfos que han alcanzado. Teniendo esto en cuenta, debemos estar seguros que las metas que les propongamos a otros sean realizables y apropiadas.

Cómo Forjar una Estructura Razonable

El hogar es donde los niños aprenden a limitar sus deseos, a obedecer las reglas y a considerar los derechos y las necesidades de los demás.

—Sidonie Gruenberg, Psicoterapéutica

Para que el ser humano cuestione y madure necesita una clara estructura. Es decir que necesita saber los límites y reglas—constantes y justos—que regirán. Con ellos, tenemos confianza para cuestionar lo que nos rodea y lo que somos. Cuando tenemos una clara idea de la estructura que nos rige, podemos aventurar sin temor al rechazo o a la angustia.

En el seno de las familias, en las escuelas y en las otras instituciones, hay que formular reglas claras y concisas, así como explicar sus consecuencias, a fin de que todos las comprendan. Lo importante es que tengamos una estructura bien definida para que nos sintamos libres para aprender y obrar.

Cómo Perdonar al Prójimo

Es humano cometer errores; perdonarlos es divino.

—Alexander Pope, Escritor Inglés

A medida que examinamos nuestra propia persona y nos perdonamos las faltas que hallamos, aceptamos y perdonamos más fácilmente las faltas del prójimo. Sin embargo, si nos quedamos con rencores o resentimientos, éstos nos merman la capacidad para madurar y forjar amistades.

Llegamos a desarrollar nuestra humanidad cuando somos más abiertos o francos y tenemos mayor confianza en los demás. Cuando se trata de controlar a la gente por medio de la culpa o la vergüenza no se gana sino un triunfo pasajero y, a menudo, crea el resentimiento y el odio de sí mismo.

Cómo Aventurarse o Arrojarse

No se aprende sin aventurarse; siempre hay algo más que aprender. Pero es una aventura gloriosa. El único momento en que la aventura se torna feroz e inaceptable es cuando se trata de evitar.

—Norman Cousins, Escritor

Ayudamos a nuestros hijos, a nuestros amigos y colegas cuando promovemos en ellos la idea de aventurarse o arrojarse (cuando esto es necesario y apropiado), a fin de realizarse como personas. Esto se hace por lo que decimos, por la actitud que expresamos y por el ejemplo que ponemos. La palabra *aventurarse* o *arrojarse* encierra el sentido de que no hay ninguna garantía de triunfo. Sin embargo, aun los fracasos nos sirven de lección. Como seres humanos, tenemos que enfrentarnos a las consecuencias de nuestro comportamiento.

Por lo tanto, en vez de proteger a los demás de las consecuencias de sus actos, podemos ser más útiles si les ayudamos a corregir sus errores. Les podemos hacer ver lo que han hecho; tal vez podamos mostrarles otra alternativa que desconocían. De esta forma, tal vez puedan tener más éxito en sus empresas sucesivas.

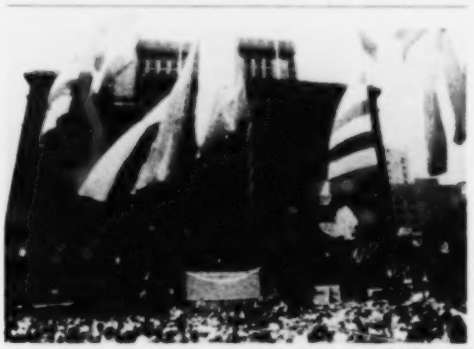
El error es una parte íntegra de la vida. Aprendemos cuando experimentamos y los errores o fracasos contribuyen al proceso de aprendizaje. Einstein, por ejemplo, reprobó las matemáticas en la escuela primaria. Edison usó más de 9,000 filamentos para encontrar uno que funcionara en la bombilla o foco eléctrico. Walt Disney se declaró en bancarrota cinco veces antes de construir Disneylandia. Si aceptamos los fracasos que sufrimos, podemos seguir adelante y continuar aprendiendo. Esto es lo que nos anima y satisface.

Cómo Apreciar los Beneficios Que Nos Otorga una Sociedad Multicultural

Cuán monótono sería el canto de los bosques si sólo las primeras diez aves cantaran.

—Anónimo

La variedad es lo que nos da fuerza y equilibrio. Ganamos mucho cuando apreciamos y aceptamos las diferencias culturales y étnicas de nuestra sociedad. Asimismo, hay que tener presente que dicha variedad



©1984 Werner Kruten/PHOTOVAULT

cultural depende de nuestra fe en la frase: "un país amparado por Dios, con libertad y justicia para todos."

Sin precedente alguno, California se distingue por su variedad étnica, racial y cultural. Por lo tanto, se nos presenta el desafío de crear una verdadera democracia multicultural. Nos beneficiamos individual y colectivamente cuando desarrollamos el amor propio, ya que con dicho amor nos sentimos cómodos ante los demás, sin importar su origen.

Cómo Aceptar la Expresión de los Sentimientos

Si expresamos abiertamente la depresión que sentimos, los que nos rodean sacan un sentido de libertad en vez de contagiarse de dicha depresión.

—Rollo May, Psicólogo

Como resultado de la influencia cultural, hay muchos que creen que jamás deben llorar o expresar el miedo. Otros han aprendido que jamás deben enojarse, ser agresivos o enfrentarse a los demás. Por lo tanto, todos sentimos un poco de vergüenza cuando expresamos nuestros sentimientos más profundos.

Tenemos que aceptar, estimar y animarnos uno al otro, a fin de expresar los sentimientos auténticos. Se cultiva mutuamente la autoestima y la salud mental cuando hay un ambiente sosegado en el que cada quien se siente libre para comportarse de la forma que mejor corresponda a su persona. Cuando esto ocurre, el individuo descubre y aprecia su originalidad, se siente realizado y comparte ese don con los demás.

Pese a que nuestra sociedad, en general, admira la sencillez, rara vez crea el ambiente que anime, acepte y reafirme la expresión cándida o sincera. No es fácil expresar los sentimientos con sinceridad cuando el individuo teme se le ridiculice, castigue o desprecie por lo que dice. Si buscamos la sinceridad hay que facilitarla.

Cómo Llegar a un Acuerdo con los Demás en vez de Maltratarlos o Ultrajarlos

La violencia, en gran parte, es perpetrada por aquéllos que quiren mostrarle al mundo que ellos también tienen valor. . . . La violencia no es superflua, ni aparece sin causa, sino que surge de la falta del poder.

—Rollo May, Psicólogo

El agravio, tanto físico como psicológico o verbal, es sumamente destructivo. Jamás está bien agredir, afrentar o humillar a otro ser humano. Cuando así se hace, se ofende la humanidad del individuo. Podemos llegar a un acuerdo con los demás, si vemos la desavenencia como problema a resolver en vez de batalla a ganar. Cuando hay comunicación entre las partes, las disputas se resuelven y los individuos quedan reconciliados. De esta forma, todo el mundo sale ganando. Entre más sosegados nos sintamos con respecto al valor propio, menos será la necesidad de comprobar nuestra valía con la derrota ajena. Cuando percibimos lo que vale nuestra propia vida, así como la vida de todo ser humano, aprendemos a tratar con respeto las diferencias que nos separan.

Cómo Fortalecer la Responsabilidad de Sí Mismo

Además de la estima del valor propio y del ajeno, hay la responsabilidad de sí mismo entre los principios claves; este principio está estrechamente relacionado con la autoestima y el sentido de responsabilidad personal y social.

Cómo Responsabilizarnos de Nuestros Actos y Decisiones

Las ideas del individuo no se expresan mejor por medio de la palabra sino por las decisiones que se hacen . . . Este afán sólo termina con la muerte. Y, en última instancia, somos responsables de nuestras propias decisiones.

—Eleanor Roosevelt

A través de la historia, el ser humano se ha debatido entre los riesgos que le ofrece la libertad y la seguridad que le da la esclavitud. Esa misma opción se nos presenta hoy día. A medida que nos hacemos responsables de nuestros actos y decisiones, sentimos el placer de la libertad.

La habilidad que tengamos para considerar un problema, tomar una decisión y aceptar la responsabilidad de esa decisión revelan el grado de nuestra madurez. Cuando aceptamos la responsabilidad de nuestros actos, no debemos culpar a otros ni a la circunstancia si nuestras decisiones resultan difíciles o son una equivocación.

Por otra parte, cuando somos responsables estamos preparados para comprometernos o entregarnos. Ya que la sociedad actual trata todo como si fuera *desechable*, muchos hacemos lo mismo con los compromisos. Sin embargo, sólo cuando estamos dispuestos a superar los momentos difíciles, sin rehuirlos, llegamos a madurar como personas. Asimismo, fortalecemos nuestra relación con los demás.

Cómo Realizar la Integridad

La integridad constituye el estado completo o entero. Cuando gozamos de la integridad, los pensamientos, las palabras y la conducta se corresponden y expresan nuestra ideología y nuestros valores más profundos.

—Emmett Miller, Médico

Cuando vivimos una vida honrada realizamos nuestro valor como seres humanos. Cuando estimamos la integridad somos honestos o sinceros con los demás; esto, claro está, requiere el respeto propio. Ahora bien, esto no quiere decir que hemos de ser ofensivos en lo que hacemos o decimos. Nada se gana con la "franqueza cruel." Lo que hay que hacer es decir la verdad sin rodeos y sin culpar a nadie por nuestros sentimientos, ideas o acciones.

Desde tierna edad desarrollamos el mecanismo protectivo para justificarnos, haciendo la vista gorda ante nuestros defectos. La madurez es el proceso por el cual el individuo se examina honradamente, sin disculpas postizas o falsas. De esa forma desecha los tapujos defensivos y pasa a una conducta franca y positiva.

El individuo que lleva una vida responsable, consciente y bien centrada, posee una autoestima sana en pleno desarrollo.

Cómo Reconocer y Reafirmar los Valores Propios

No hay valores que beneficien a la persona o a la sociedad, sólo que exista ya en la persona la capacidad de ejercerlos; es decir, la capacidad para elegir y reafirmar los valores que rigen la vida del individuo.

—Rollo May, Psicólogo

Para madurar y desarrollar la persona única y original, hay que poner en práctica algunos de los valores esenciales. Entre ellos, hay que tener en cuenta los siguientes: la confianza, la libertad, la sinceridad, la integridad, la verdad, la paciencia, la sencillez, la cortesía, la responsabilidad, la cooperación, la observancia de las reglas, la compasión, la autodisciplina, la tolerancia, el sentido de buen deportista, la valentía, la razón, la diversidad, el respeto, la civilidad, la cultivación de la familia, la participación, la industria y el amor.

Cuando se reafirman y cultivan los valores, así como la conducta positiva, se llega a fomentar la entereza del individuo.

Cómo Cuidar la Salud Corporal

La actividad física contribuye a la buena salud y al bienestar general de la persona. El ejercicio nos afecta psicológicamente de forma positiva. Sin embargo, si no participamos en las actividades normales diarias, nuestro sentido de amor propio puede decaer.

El que goza de la buena salud, tiene esperanza; y el que tiene esperanza, lo tiene todo.

—Proverbio Arabe

El que desatiende su salud por otros quehaceres se parece al mecánico que descuida su herramienta por hacer otras cosas.

—Proverbio Español

La vitalidad, así como la adaptabilidad del individuo para superar las presiones de la vida, depende de la buena salud física y psicológica. Cuando no nos acoplamos a dichas presiones, somos más susceptibles a las enfermedades cardíacas, a las úlceras y al desmejoramiento mental. Entre la gente que se encuentra en apuros, algunos acuden a estimulantes o estupefacientes; éstos debilitan y producen efectos nocivos en el sistema nervioso, por lo que el cuerpo decae y el cerebro se deteriora. Asimismo, la autoestima del individuo sufre un fuerte revés.

Lo que mejor mueve al individuo a cuidar su salud es el sentido del valor personal. Cuando nos estimamos, respetamos el cuerpo que poseemos, por lo que lo alimentamos bien y lo ejercitamos adecuadamente.

Cómo Aceptar la Responsabilidad de Padres

Cuando los padres de familia reconocen la importancia del enorme papel que desempeñan, procuran los medios más eficaces y más afectuosos para educar a sus hijos. A medida que adquirimos y desarrollamos las aptitudes necesarias para la educación de los hijos, descubrimos nuevas formas de hacer las cosas.

Ya que estamos en pleno desarrollo, no es de admirar que encontremos nuevos y mejores métodos para lograr nuestros fines. Sin embargo, no hay que sentirse culpable por ello. El sentido de culpabilidad sólo impide el desarrollo del individuo, malogrando su papel como padre de familia. Por lo tanto, lo que hay que hacer es reconocer y aceptar lo que se ha hecho, estar contento y tomar las medidas necesarias para superarse.

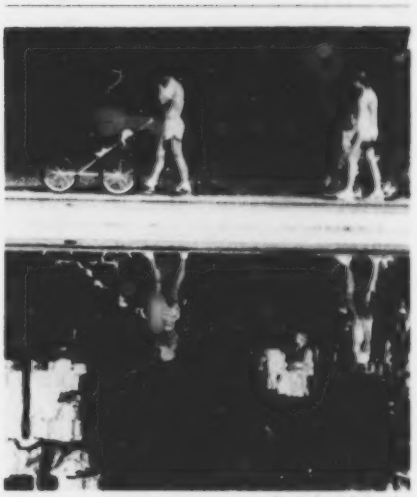
Asimismo, hay que respetar y amparar las decisiones y responsabilidades de nuestros hijos. Como padres, podemos ayudarles a llevar la vida, haciéndolos responsables de sus necesidades, poco a poco. Para este fin, hay que reconocer que harán algunos errores, como es natural, ya que aún están en pleno desarrollo mental. Claro está que no podrán manejar algunos conceptos hasta que alcancen el nivel de madurez necesario para ello.

En el mundo actual hay un sinnúmero de circunstancias que afectan el papel del padre. Sin importar la organización de familia, los padres sacan amplio provecho y evitan problemas cuando tienen presente tanto su fuerza como su debilidad. De esta forma procuran la información o ayuda necesaria para el bien de sus hijos.

En cierta forma, el respeto y la estima que les brindamos a los hijos se asemeja a lo que buscamos en las personas que poseen alguna autoridad en la sociedad (por ejemplo, los maestros, los empleados, los agentes de policía y los políticos). En vez de arengarlos o sermonearlos, imponiéndoles moldes prefijados, de acuerdo con nuestras propias ideas, hay que ayudarlos a superar los obstáculos de la vida, a fin de que ellos mismos se abran camino.

Todos traemos a nuestros padres en el interior. Sentimos su presencia que aún nos sermonea, nos alaba, nos amenaza, nos juzga, nos aconseja.
Si fueron sabios y afectuosos, su presencia es útil, así como placentera. . . .
Si fueron torpes, groseros, severos, fríos o ignorantes, su presencia es dañina.

—Jack Lee Rosenberg y Marjorie L. Rand
Psicoterapéuticos



Pacific Gas & Electric Co.

Cómo Reafirmar Nuestra Responsabilidad hacia los Demás

La cuarta categoría de los principios claves se refiere al comportamiento responsable ante los demás.

Cómo Respetar la Dignidad Humana

Una vez que se trate con indiferencia la dignidad humana, pronto se abandonarán los derechos humanos.

—G. K. Chesterton, Escritor Inglés

Hay que reconocer que lo mejor que tenemos lo llevamos en el interior. Nadie puede quitarnos la fuerza interior, ni las vivencias, ni lo que reconocemos como verdadero. Nada de esto se pierde. Cada individuo tiene un valor intrínseco, por lo que es capaz de ser útil a la comunidad humana. Todos estamos capacitados para tratarnos, unos a los otros, con respeto; se puede brindar al prójimo la oportunidad de realizarse como persona y desarrollar los dones que posee.

Cómo Promover la Independencia, la Autonomía y la Competencia

Darle pan a un hombre es darle de comer por un día. Enseñarle a cultivar el trigo es darle de comer por vida.

—Proverbio Chino

Cuando promovemos la independencia e interdependencia, a fin de superar la dependencia en los demás, llevamos a cabo una acción responsable. Los consejeros suelen decir: "No le ate las cintas del zapato al niño si éste lo puede hacer por su cuenta. Hay que alentar a los empleados para que ellos mismos resuelvan los problemas que se presenten. Facilite la solución a los demás, pero no se haga cargo de los problemas. Trate a la gente como si fuera competente."

Es natural que los jóvenes luchen para triunfar, aprendan a aguantar momentos difíciles y lleguen a sentirse competentes. Podemos ayudarlos a superar los comentarios negativos (como "¿Quién te crees?").

Haga lo que pueda con lo que tenga, en dondequiera que se encuentre.

—Theodore Roosevelt

Entre nosotros, hay los que necesitan ayuda para reafirmarse y pedir lo necesario. Para ello, hay que aprender a ser firmes y saber cuándo se puede llegar a un acuerdo. Podemos decirles a los demás que deben pedir lo que se desee, aunque no siempre se lo podamos conceder.

El ser humano necesita que lo alienten para realizar sus sueños, para tener fe en su decisión y para arrojarse, pese a los riesgos.

Cómo Sentirse Parte del Todo

Ningún hombre es una isla, totalmente autosuficiente; cada hombre es como un pedazo del continente, un pedazo de / tierra firme.

—John Donne, Poeta Inglés

Todo ser humano quiere sentirse incluído. Este sentimiento es el fundamento de nuestra identidad, de nuestra libertad y de nuestra maduración. No podemos estimarnos hasta que otros nos estimen y nos expresen afecto.

Los niños, particularmente, necesitan sentir que se les incluye, que forman parte de un todo, pero sin que se les trate como propiedad de la familia. Los adultos, asimismo, viven la vida plenamente cuando están bien integrados en una familia. En condiciones ideales, la familia percibe y acepta las vivencias del individuo, incluso los errores y debilidades, y brinda su apoyo sin reproche.

Entre otras razones, las sectas y las pandillas atraen a los jóvenes porque suelen darle cabida al individuo. Este siente que pertenece o forma parte de un todo. En varios casos, las familias, las escuelas y las comunidades abandonan al individuo. Toda comunidad necesita un lugar donde su ciudadanía pueda expresar sus más hondos sentimientos sin ser rechazada. Los grupos de apoyo suelen brindar este amparo. Entre otras alternativas, hay los centros para adolescentes, donde los grupos de voluntarios capacitados escuchan y ayudan a los jóvenes.

Cómo Desarrollar los Conocimientos Fundamentales

Una vez reconocida y aceptada la capacidad general del individuo, éste podrá responsabilizarse de sus acciones, con amplia orientación, con mayor confianza en sí mismo y con un sentido de autoestima mejorado.

—Connie Palladino, Asesora de Carreras

Es necesario desarrollar los conocimientos fundamentales para sobrevivir en el mundo actual. Por ejemplo, hay que saber leer, escribir, sumar y restar, a fin de participar en la sociedad. Asimismo, necesitamos los conocimientos necesarios para el empleo. Y, entre más complejo se haga el mundo, mayor será la necesidad de aumentar nuestros conocimientos.

Cuando desarrollamos nuestras habilidades nos sentimos competentes y mejoramos nuestro sentido de autoestima. Más allá de los conocimientos elementales, hay un sinnúmero de otros talentos a desarrollar: los talentos artísticos, atléticos, analíticos, manuales y tecnológicos, entre otros.

La sociedad sale beneficiada cuando le facilitamos a todo el mundo la forma de adquirir y desarrollar los conocimientos fundamentales. Entre más instruída y adiestrada la gente, más contribuye a la comunidad, a la vida y bienestar de ésta.

Cómo Proporcionar el Apoyo y la Seguridad Física

El individuo expresa la autoestima cuando tiene compasión y está dispuesto a defender o proteger a los que no se pueden defender por su cuenta. Sin promover la dependencia, los que tenemos la suerte de ser sensibles, expresivos y afectuosos, debemos ayudar a los demás a llevar una vida productiva y feliz.

Si una sociedad libre no puede amparar a los pobres que son muchos, tampoco es capaz de salvar a los ricos que son pocos.

—*John F. Kennedy*

Nuestra meta es la de rendir apoyo, seguridad física y promover la autoestima y la autonomía. Por ejemplo, el que sufre alguna lesión o lastimadura necesita otra oportunidad o conocimientos para recobrar su productividad y, al mismo tiempo, su sentido de amor propio.

Cómo Promover un Ambiente Democrático

Cuando sea posible, hay que formar grupos y organizaciones para que todos participen en la formulación de las decisiones y las reglas sociales, así como las consecuencias de las mismas. Los miembros de familia, los empleados, los estudiantes y la ciudadanía en general que participen en las decisiones, saldrán beneficiados, ya que su amor propio resultará fortalecido. Asimismo, sentirán que forman parte de un todo.

A veces creemos que el sistema democrático en el hogar, el en trabajo o en la escuela, va a deteriorar la autoridad y causar la irresponsabilidad en la ciudadanía. De hecho, la democracia funciona bien únicamente cuando los ciudadanos practican la autodisciplina y aceptan su responsabilidad social. Cuando aprendemos en el hogar cómo funciona la democracia, estamos ampliamente capacitados para fomentarla en la comunidad, en el estado y en el país.

El Equilibrio entre la Libertad y la Responsabilidad

El propósito del arte y de la vida, no puede ser sino la libertad y la responsabilidad en toda persona en cualquier parte del mundo.

—*Albert Camus, Filósofo Francés*

Cuando hay libertad sin responsabilidad, hay anarquía que todo lo destruye. Cuando hay responsabilidad sin libertad, hay esclavitud, la represión del espíritu del ser humano. La sociedad ideal tiene presente tanto la libertad como la responsabilidad como los elementos esenciales en la vida del individuo y en la vida de la comunidad. Para lograr el equilibrio hay que darle importancia a ambos factores, sin menospreciar uno o el otro.

En el sentido más profundo, como seres humanos somos más libres cuando aceptamos la responsabilidad de nuestra propia persona. Y es en esta libertad, conscientemente aceptada, en la que encontramos nuestra mayor responsabilidad.

Cómo Cooperar y Competir

Los niños que aprenden por medio de la cooperación—comparados con los que aprenden en competencia o independientemente—aprenden más, se sienten mejor, están mejor centrados y se llevan mejor con sus compañeros.

—*Alfie Kohn, Autor*

Las investigaciones relativas a la manera en que los niños aprenden, nos muestran cómo funciona la interacción social, así como las formas más sanas a seguir. Ya que tenemos varios modelos de competición—entre ellos, la historia de los Estados Unidos, la comunidad empresarial y los deportes—también necesitamos aprender cómo se resuelven los problemas en colaboración con los demás y cómo llegar a acuerdos de mutuo beneficio.

Cuando le ponemos demasiada importancia en la competencia, creamos dos bandos en la sociedad, los que ganan y los que pierden. En cambio, cuando hay cooperación y una competencia razonable, todos ganan.

Cómo Servir a la Humanidad

El mejor bien es el que hacemos por el prójimo.

—*Madre Teresa*

El atender a las necesidades del conciudadano forma parte de la herencia nacional. Ahora que existe un sistema de comunicación moderno, el mundo se ha convertido en una especie de "aldea global." Ahora sabemos la necesidad que existe en todas partes del mundo.

El individuo que está bien centrado ayuda a los demás, movido por el sencillo gozo vital y la satisfacción derivada de dicha acción. Al hacerlo, vigorizan su amor propio.

No hay ninguna caja fuerte en la que podamos depositar el poder de la sociedad, a no ser en el pueblo mismo; y si creemos que éste carece del intelecto necesario para abrirse camino, el remedio no está en quitarle dicho poder sino en alumbrarlo con la educación.

—Thomas Jefferson

Breve Bibliografía sobre la Autoestima

Esta bibliografía se presenta a continuación, a fin de que los que lo deseen puedan profundizar más en lo que respecta a "los principios" tratados en las páginas anteriores.

General

Celebrate Yourself by Dorothy Corkville Briggs. Garden City, N.Y.: Doubleday & Co., 1977.

Feel the Fear and Do It Anyway by Susan Jeffers. San Diego: Harcourt Brace Jovanovich, 1987.

Healing the Shame That Binds You by John Bradshaw. Deerfield Beach, Fla.: Health Communications, Inc., 1988.

Honoring the Self (1988) and *How to Raise Your Self-Esteem* (1987) by Nathaniel Branden. New York: Bantam.

The New Peoplemaking by Virginia Satir. Palo Alto: Science & Behavior Books, 1988.

The Psychology of Self-Esteem by Nathaniel Branden. Los Angeles: Nash Publishing, 1969.

Release Your Brakes by James W. Newman. Costa Mesa, Calif.: H.D.L. Publishing, 1977.

The Social Importance of Self-Esteem, edited by Andrew M. Mecca, Neil J. Smelser, and John Vasconcellos. Berkeley: University of California Press, 1989.

What to Say When You Talk to Yourself by Shad Helmstetter. New York: Fawcett Crest, 1980.

Mujeres

Bodylove: Learning to Like Our Looks—and Ourselves by Rita Freedman. New York: Harper and Row, 1988.

Women and Self-Esteem by Linda Sanford and Mary Ellen Donovan. Garden City, N.Y.: Anchor Doubleday, 1984.

Padres de Familia

Between Parent and Child by Haim Ginott. New York: Macmillan, 1968.

Parent Effectiveness Training by Thomas Gordon. New York: P. W. Wyden, 1970.

Raising Self-Reliant Children in a Self-Indulgent World by Stephen Glenn and Jane Nelson. Rocklin, Calif.: Prima Publishing & Communications, 1988.

Self-Esteem by Harris Clemes and Reynold Bean. New York: G.P. Putnam's Sons, 1987.

Self-Esteem: A Family Affair by Jean Illsley Clarke. New York: Harper and Row, 1978.

Your Child's Self-Esteem by Dorothy Corkville Briggs. Garden City, N.Y.: Doubleday, 1970.

Educación

Esteem Builders by Michele Borba. Rolling Hills Estates, Calif.: B.L. Winch, 1989.

Inviting School Success: A Self-Concept Approach to Teaching and Learning by William Purkey and John Novak. Belmont, CA: Wadsworth, 1984.

100 Ways to Enhance Self-Concept in the Classroom by Jack Canfield and Harold Wells. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall, 1976.

Si desea recibir una lista variada de los innúmeros programas de estudio relativos a la autoestima, escriba al National Council for Self-Esteem (Concilio Nacional de la Autoestima) a Gail Dusa, 6641 Leyland Park Dr., San Jose, CA 95120.

Empresas

The One Minute Manager by Kenneth Blanchard and Spencer Johnson. Berkeley, Calif.: Berkeley Press, 1987.

Emmett E. Miller, M.D.

V. Acción e Investigación Adicional Necesaria

El Comité Estatal a Favor de la Autoestima y la Responsabilidad Personal y Social, como ninguno de los comités o comisiones, decidió *no* pedir la continuación o prolongación de su funcionamiento. Los integrantes de este grupo de estudio creen haber realizado su meta. Ahora se necesita otra estructura o entidad para continuar la obra.

A continuación se presentan las tareas que hay que continuar, de acuerdo con el criterio del Comité:

- Establecer el registro o sistema de base de datos que ponga al día toda información relativa a la investigación actual, así como los nuevos programas de autoestima y responsabilidad.
- Continuar la investigación general, así como los estudios interdisciplinarios sobre la autoestima, incluyendo, pero sin descartar otras definiciones, la definición académica del amor propio.
- Emprender "talleres de estudio" y congresos para estudiantes, maestros, empresarios, trabajadores sociales, burócratas e interesados.
- Crear un depósito para los materiales recogidos por el Comité.
- Continuar la coordinación de los comités o grupos de estudio de los condados.
- Facilitar la puesta en práctica de las recomendaciones del Comité.

Cuando se terminaba este informe, se hizo una sugerencia con respecto a estas últimas tareas, sugerencia que el Comité acogió de buena gana. Se propuso la creación de un "ombudsman," o sea una persona encargada de facilitar y poner en práctica las recomendaciones de este Comité. Dicho "ombudsman" sería nombrado por el Gobernador y confirmado por el Senado y la Asamblea por un plazo de cinco años.

Si este puesto llega a realizarse, el "ombudsman" (especie de árbitro/facilitador) complementaría las funciones de los comités de los condados, la investigación de las universidades y los proyectos del sector privado.

Los profesores que llevaron a cabo la investigación a favor del Comité, están de acuerdo en que hay que continuar la tarea de la investigación. Además, la ley que creó este Comité (Capítulo 1065 de los estatutos de 1986—AB 3659, Vasconcellos) nos solicita:

> *Se fomente la investigación y se busque toda información relativa a la autoestima y su papel con respecto a las causas de los antedichos problemas sociales.*

A través de las audiencias públicas, el Comité se dio cuenta de otros problemas graves que amenazan el bienestar de los ciudadanos así como el

sosiego de la sociedad en general. Estos problemas están estrechamente vinculados al problema de la autoestima y la responsabilidad personal y social.

He aquí algunos de los problemas que requieren más estudio, reflexión y diligencia:

1. *La Ancianidad:* En una sociedad en la que se pone mucho énfasis en el trabajo, en la producción y en las metas realizadas, ¿qué ocurre con el amor propio de los que están jubilados y han dejado de contribuir de forma activa a la productividad de la sociedad?

2. *El SIDA:* El Comité recibió testimonio de varias personas con el SIDA, así como individuos que representan a las organizaciones dedicadas al problema de esta enfermedad. El SIDA se está convirtiendo en la enfermedad más importante de fin de siglo; por ello, hay que llevar a cabo la investigación necesaria para saber los efectos en el amor propio de la sociedad en general, así como el efecto en la autoestima del individuo. Asimismo, hay que saber el papel que desempeña la autoestima en la supervivencia de los enfermos y decidir cuál sería la responsabilidad apropiada "personal y social relativa a esta crisis."

3. *El Hambre y la Falta de Vivienda.* Aunque este asunto se trata bajo la categoría "La Pobreza y la Dependencia Crónica de la Asistencia Pública," creemos que es necesario llevar a cabo más investigaciones, a fin de aclarar cómo afecta el hambre y la falta de vivienda a la autoestima del individuo. Por otra parte, hay que decidir cuál es la responsabilidad apropiada de la sociedad ante los individuos que reciben asistencia pública.

4. *La Incapacidad Física/Minusválidos:* En varias ocasiones, se presentaron personas con alguna incapacidad física en las audiencias públicas, pidiendo se reconociera la lucha librada por los minusválidos, a fin de llevar una vida digna y humana en la sociedad.

5. *El Racismo:* En una de las audiencias públicas del Comité, se trataron exclusivamente los efectos del racismo en el amor propio del individuo; en las restantes audiencias también se tocó este asunto. Los efectos de los prejuicios sociales, así como las diferencias en la forma de valorar o estimar, según la etnia o grupo cultural, también se trataron. Esto, claro está, requiere más estudio.

VI. Las Recomendaciones y la Explicación de las Mismas

Esta sección de nuestro informe representa los resultados sustanciales de la investigación que llevamos a cabo sobre la autoestima y los factores sociales como: la familia (el papel de los padres, el mal trato de los hijos y el embarazo de las adolescentes); la educación (las escuelas y el fracaso escolar); el uso de estupefacientes; el crimen y la violencia; la pobreza y la dependencia crónica de la asistencia pública; y el lugar de empleo. La información que tratamos proviene de tres fuentes primarias: la investigación efectuada por algunos de los profesores de la Universidad de California, la información derivada del testimonio de la ciudadanía en las audiencias públicas y la revisión de las agencias estatales y de los programas existentes. Cada categoría se presenta en tres partes: resultados generales, recomendaciones y la información de apoyo con sus correspondientes ejemplos.

Teniendo en cuenta la complejidad del concepto de la autoestima y su relación con los factores sociales, no es de sorprender que este Comité haya acumulado una verdadera biblioteca de información. Para revisar y resumir este variado conjunto de información, a fin de formular algunas recomendaciones prácticas, tardamos varios meses. Fue una ardua tarea de estudio y reflexión.

Desde el principio, decidimos que los resultados, así como las recomendaciones, estarían basados en la investigación más reciente y completa, sin menospreciar la anécdota y la experiencia de los no académicos. Entre los integrantes del Comité muchos creen que los funcionarios de los programas existentes comprenden mejor que los investigadores académicos la importancia del papel desempeñado por la autoestima en lo que respecta a los problemas sociales que aquejan a esta sociedad.

Sin embargo, el estudio formal ha contribuido de forma importante al conocimiento del problema. Los informes preparados por varios profesores fueron publicados por la editorial de la Universidad de California, University of California Press, con el título de *La Importancia Social de la Autoestima* (*The Social Importance of Self-Esteem*). Neil Smelser, quien organizó el libro, cree que el valor inherente de la autoestima elude toda medida científica. Sin embargo, el Dr. Smelser, no recomienda se abandone el estudio de este fenómeno sino que se cambie el método científico empleado. (Para una explicación completa de las características de esta nueva investigación, véase la introducción de *The Social Importance of Self-Esteem.*)

En la literatura científica no hay ninguna definición universalmente aceptada de lo que es la autoestima, por lo que es difícil comparar los estudios que se han hecho. Por lo tanto, los investigadores no pudieron determinar a ciencia cierta las relaciones causales (es decir, de causa y

efecto). En varios estudios se habla de ciertas correlaciones importantes, expresión que es muy común en la investigación de las ciencias sociales. Según Martin Covington en la reseña sobre la investigación relativa al éxito académico que preparó para este Comité, sólo porque la cadena de causa y efecto es incompleta en lo que respecta a la autoestima, no quiere decir que no exista de veras. De hecho, la importancia de la autoestima no sólo es probable sino verdaderamente convincente. La investigación actual respalda la idea que la autoestima y las condiciones sociales mejoradas, pueden afectar de forma positiva los problemas sociales más serios. El profesor Covington nos recuerda que el concepto de la autoestima:

> *. . . nos reta a ser más humanos. Además de ser objeto de la investigación científica, así como la explicación de la conducta, la autoestima es, sobre todo, una metáfora, un símbolo pleno de acepciones o significados accesorios que puede ocasionar una visión de lo que nosotros, como seres humanos, podríamos alcanzar. Tal vez, sólo por la autoestima en sí, estaríamos dispuestos a realizar las recomendaciones que gravemente ponen en duda . . . nuestras creencias más arraigadas.*

Por lo general, hemos dejado que los lectores, las comunidades, las instituciones y las agencias se encarguen de poner en práctica las recomendaciones de este informe. Sólo de vez en cuando nos dirigimos directamente al Cuerpo Legislativo o a las agencias del estado. Para que haya cambio, éste tendrá que ser la responsabilidad de la comunidad humana; ésta hará lo necesario para fomentar la autoestima en un ambiente agradable.

Los programas citados en el texto a continuación, se presentan como ejemplos positivos de los grupos que laboran en este campo. Estos programas provienen de fuentes fidedignas. Su buena reputación, así como el historial de su triunfo, están bien documentados. Esperamos que el lector de este informe vea algún mérito en esta lista de programas. Estamos conscientes, sin embargo, de que no incluimos a todos los grupos dignos de ser reconocidos; claro está que nos habría gustado poder reconocer a todos ellos.

Los integrantes del Comité estamos satisfechos con los resultados derivados de los tres años de estudio, indagación y decisión que tuvimos. Creemos haber justificado la premisa sobre la cual se basó este proyecto—es decir que el amor propio o la autoestima desempeña un papel esencial en los problemas personales y sociales que aquejan a la sociedad. Estamos convencidos de que la autoestima del individuo, cuando es positiva, beneficia a todos, tanto a la comunidad como al estado. Agradecemos la participación de tanto californiano que quiso compartir este sueño con nosotros.

La Familia, el Embarazo en la Adolescencia, el Maltrato de los Niños y la Autoestima

Por medio de los estudios y las investigaciones que se llevaron a cabo, estamos convencidos de que el amor propio desempeña un papel importante en los problemas personales y sociales que aquejan la vida del ser humano en la época actual. Ya que todos comenzamos la vida en el seno de la familia, la siguiente conclusión es inevitable: la familia merece nuestra atención, ante todos los otros factores a considerar. Tal como dijo Virginia Satir en *Peoplemaking:*

> *Cada niño que nace . . . se tiene que apoyar en la experiencia de los seres humanos que lo rodean, en el mensaje que le comunican sobre el valor de su persona. Durante los primeros cinco o seis años, el amor propio que desarrolla el niño proviene casi exclusivamente de la familia. Una vez en la escuela, aparecen otras influencias, pero la familia continúa su papel primordial durante toda la adolescencia. Lo que viene de fuera tiende a recalcar el sentido de valor o falta de valor aprendido en el hogar: el niño que tiene un alto concepto de sí mismo, es capaz de superar los fracasos sufridos en la escuela o ante sus condiscípulos; en cambio, el niño que tiene muy bajo concepto de sí mismo dudará de su valor, a pesar de sus triunfos.*

Es en el seno de la familia que se forjan los valores del individuo, su ideología, sus temores, sus sueños y su amor propio. Los consejores o asesores, sólo en los últimos años, se han dado cuenta de cuánto abarca esta influencia y la sutileza con que se comunica. Hasta los padres más considerados o concienzudos ignoran los efectos devastadores de muchas de las prácticas comunes en la educación de los hijos. Ahora sabemos que hay cuestionar o examinar toda práctica. Cuando no se reflexiona, los padres tienden a repetir los mismos métodos que causaron tantos estragos en su propia vida cuando eran niños. He aquí otra cita de Virginia Satir sobre el maltrato no percibido:

Hay que alabar lo que no puede ser fotografiado.

—Constance Dembrowsky, Presidente Fundadora del Concilio Nacional en Pro de la Autoestima

> *Cada palabra, cada expresión o gesto, cada acción del padre le participa algún mensaje al niño relativo a su valor. Es triste ver que muchos padres de familia ignoran los mensajes que transmiten. Sirva de ejemplo una madre que acepta el ramillete de flores que le entrega el niño de tres años, diciendo "¡Qué lindas! ¿Dónde las cogiste?" Pero su semblante encierra una expresión preocupada y acusadora que le transmite: "¿Te las robaste del jardín de la señora Randall?" En este caso, la madre menoscaba el amor propio del niño, sin darse cuenta de lo que hace.*

El Significado de la Familia

Teniendo en cuenta los profundos cambios estructurales de la familia, es aún más importante el papel de dicha familia como la *entidad que acoge* al recién nacido y le presenta el mundo en que vivirá. A fin de abarcar toda la gama variada de familias—ya sea la familia constituída por padres e hijos, la familia combinada, la de un solo padre, la tradicional, la familia compuesta de padres homosexuales, la familia temporal y la institucional—el Comité formuló la siguiente definición de lo que es la familia: La familia es el conjunto de dos o más personas del cual se deriva el afecto y amparo que recibe el individuo. Es a este conjunto que se dirige Virginia Satir cuando toca el tema de la responsabilidad:

> *Estoy convencida de que no existe ningún gene que transmita el sentido del valor de la persona. La familia es la que lo enseña. Se adquiere el alto o bajo concepto de sí mismo en la unidad familiar que los padres crean. Y nuestros hijos, ahora mismo, se están forjando dicho concepto en el seno de la familia.*

La tarea de la familia relativa a la preparación de los hijos para la vida y el mundo nunca ha sido fácil. Los cambios estructurales de la familia hoy día, así como la amenaza de las drogas y la violencia, hacen aún más importante la buena influencia de la familia.

El cincuenta por ciento de los niños en California vivirá bajo el amparo de un solo padre antes de cumplir los diez y ocho años de edad. Un niño de cuatro nace de una madre soltera. Más de la mitad de los niños negros nacen de una madre soltera. Casi la mitad de las madres solteras son pobres o están al margen de la pobreza (Kirst, et al., 1989). Estas familias, a menudo, están aisladas, se sienten enajenadas y carecen de apoyo comunitario; las madres se ven forzadas a criar a sus hijos en un vacío social con pocos conocimientos. Esto destruye el amor propio de todos.

Sólo el ocho por ciento de los padres trabaja mientras la madre se encarga de los quehaceres caseros. El número de las madres que trabajan continúa a aumentar; en la actualidad llega al cincuenta por ciento a nivel nacional. Aproximadamente, 1.14 millones de niños en California pasan algunas horas en las guarderías. Los niños mayores, los que por la edad y el costo ya no se aceptan en las guarderías, a menudo, reciben muy poca atención y amparo de sus padres.

El papel ejemplar de los padres de familia debe recibir un reconocimiento más amplio, ser respetado y honrado por neustra sociedad. En esto está el porvenir de nuestro país.

—Concilio Nacional de Jueces de los Tribunales Juveniles, 1989

©1986 Werner Kruisen/PHOTOVAULT

Estos cambios en la estructura de la familia tienen graves consecuencias en los niños de California y cobran gran significado en lo que respecta a la autoestima y al desarrollo de la integridad de los mismos. Esta sección trata la relación que existe entre la autoestima y la familia. Es decir, trata, específicamente, el papel de los padres, el maltrato de los niños, y el embarazo y la maternidad en la adolescencia.

El Papel de los Padres y la Autoestima

El Comité oyó más de una vez, de una forma u otra: "Estamos mejor preparados para componer el motor de un automóvil o cocer un pedazo de carne en la olla que educar a un hijo." Esto continúa así, a pesar de la clara evidencia de la importancia de la influencia de los padres en el desarrollo de los niños. Stanley Coopersmith decribe el fenómeno entre las actitudes y la conducta de los padres y el desarrollo de la autoestima y del sentido de responsabilidad personal y social:

> *El niño, aparentemente, percibe y aprecia la atención y la aprobación que recibe de su madre (y de su padre) y tiende a considerar a dicha madre un apoyo o respaldo. Asimismo, percibe el interés y esmero de la madre como un indicio de su propio valor o importancia; reconociendo estos indicios laudatorios, el niño se forma un concepto favorable de sí mismo.* ***Esto es triunfar en su expresión más personal—el esmero, la atención y el tiempo que provienen de los seres importantes en la vida del niño.*** *(Coopersmith, 1967)*

Las palabras aprobatorias o que animan al individuo no crean, por sí mismas, el ambiente necesario para fomentar la autoestima. Los estudios del Sr. Coopersmith revelan que los padres que fomentan el amor propio en sus hijos, también exhiben tres características que presentamos a continuación:

- Los padres mismos poseen un alto concepto de sí mismos.
- Respetan, con constancia, los derechos y las opiniones de los niños.
- Asientan reglas y límites que rigen el comportamiento de sus hijos.

Algunos estudios recientes, concluyen que los padres, sin quererlo, fomentan una educación nociva para sus hijos—a veces esto se debe a la ignorancia, a las presiones y a las frustraciones; más frecuentemente se debe a la forma en que los padres fueron educados por sus propios padres, sin preparación. Está claro que el continuo reproche, crítica y castigo menoscaban la autoestima de los niños. Los niños que provienen de hogares en los que no se fomentó la autoestima y han sufrido privaciones e injusticias en sus años formativos, suelen tener un comportamiento autodestructivo y antisocial, se entregan a la delincuencia más fácilmente y abandonan la escuela. En el testimonio que se dio a este Comité, Thomas Gordon explicó que este comportamiento antisocial es:

- Una manera de eludir o evitar los sentimientos que provocan dolor o ansiedad
- Una manera de satisfacer las necesidades importantes que quedan insatisfechas, tales como la necesidad de triunfar, de ser reconocido, de sentirse seguro, de ser aceptado y de tener una estrecha relación social

Los Efectos del Maltrato de los Niños y la Autoestima

Las estadísticas nos dicen que hoy día hay un alto índice de niños maltratados por quienes deben de cuidarlos y fomentar su desarrollo. Los informes nacionales más recientes indican que hay más de dos millones de casos de maltrato al año, incluso el maltrato físico, el abuso sexual, el psicológico y la negligencia o abandono. Aún con el aumento en las quejas registradas, más de 100 por ciento en los últimos diez años, la mayoría de los peritos o investigadores cree que este problema es mucho más frecuente. Se cree que los casos registrados apenas representan el 40 por ciento del abuso o maltrato de los niños.

Algunos investigadores están convencidos de que casi todo individuo llega a sufrir los efectos del maltrato o abuso psicológico, por obra de los padres que, sin preparación adecuada, pretenden hacer el bien; por lo tanto, de aquí resulta una gran parte de la disminución general de la autoestima entre la ciudadanía.

Además del daño físico y psicológico, el maltrato de los niños destruye el amor propio y presenta a la violencia como una forma aceptable para la solución de las frustraciones derivadas de los problemas personales y sociales. Los vínculos o lazos que existen entre el maltrato de los niños y el menoscabo del amor propio son innegables y, lo que es peor, los peritos e investigadores ven que estos lazos cada día se hacen más fuertes y frecuentes. Kathy Baxter-Stern, Directora Ejecutiva del Concilio Protector de los Niños Maltratados, ubicado en San Francisco, nos informa:

> *El Concilio Protector de los Niños Maltratados, desde hace mucho, se preocupa por el bajo concepto en que se tienen los niños maltratados durante su niñez y hasta en los años de madurez . . . la autoestima, el corazón de nuestra fuerza interior, nos permite estar tranquilos o satisfechos con quienes somos. El maltrato durante la niñez nos arrebata esa capacidad.*

El afecto de los padres, las reglas y el respeto fomentan el amor propio en los niños.

—Stanley Coopersmith

La investigación revela que los que maltratan y las víctimas de dicho maltrato, sin importar el tipo de abuso, tienen muy bajo concepto de sí mismos. Los niños maltratados tienen un concepto negativo de sí mismos; creen tener menos amigos y, a diferencia de los niños no maltratados, tienden a carecer de ambición en lo que respecta a su carrera o profesión. Los investigadores también han encontrado que los miembros de las familias abusivas tienden a sufrir de depresión y de un fuerte sentimiento de culpabilidad.

A menudo, cuando se maltrata a un niño, el individuo lo hace como un acto de compensación por el bajo concepto propio. Siente que no vale nada y, por ello, ejerce su poder y control sobre el niño. A fin de ligitimar el maltrato que da, la persona abusiva fuerza a la víctima a que acepte el bajo concepto de sí mismo (que vale poco), así como una idea retorcida de la realidad.

Para el desarrollo normal del niño, así como el estímulo del amor propio, hay que crear un ambiente afectuoso y regularmente disciplinado. Sin embargo, la disciplina eficaz no equivale a los castigos corporales o tratos fuertes que humillan o degradan al niño.

En su consagrado estudio efectuado en 1967, el señor Coopersmith examinó la relación que existe entre el amor propio de los niños y el efecto

en la vida de los mismos y la forma en que los padres fomentan o impiden el desarrollo de la autoestima. Coopersmith dio con los siguientes resultados:

- Los padres de hijos con un bajo concepto de sí mismos manifestaban una falta de afecto, se creían obligados a dominar, no daban mucho valor al buen comportamiento, les era difícil establer reglas claras y justas y tendían a castigar a los hijos con severidad.
- Los padres de hijos con un alto concepto de sí mismos tendían a promover o estimular el buen comportamiento y no acudían a medidas disciplinarias severas.

Los padres de hijos con un alto concepto de sí mismos, por lo general, tenía reglas fijas, esperaban buena conducta de los hijos y apoyaban las actividades de los mismos.

El Embarazo en la Adolescencia y el Papel de los Padres

California tiene uno de los índices más altos en el país de embarazo de adolescentes: 143 por mil de jóvenes entre los quince y diez y nueve años de edad. Aun con el descenso en el número de embarazos de adolescencia en California desde 1970, en este mismo período de tiempo ha aumentado el embarazo entre las jóvenes menores de quince años de edad. En 1986 hubo más de 19,000 nacimientos en este estado, hijos de madres de diez y siete años de edad o menor, y, aproximadamente, 357,000 adolescentes pasaron a ser padres. Estas estadísticas revelan que las jóvenes menos preparadas para el papel de madre son, precisamente, las que están dando a luz.

En otros tiempos, la mayoría de las jóvenes embarazadas se casaba. En las últimas décadas, sin embargo, se ha registrado un importante aumento en el número de madres solteras menores de edad. Además, estas madres solteras, a diferencia de lo que se practicaba en otros tiempos, suelen quedarse con los hijos en vez de entregarlos a las agencias de adopción.

Aun teniendo en cuenta que hay poca investigación que verifique el progreso de estos niños, la evidencia existente pone de manifiesto que ser padre en la adolescencia, a menudo, es dañino tanto para los hijos como los padres. Las madres solteras, a diferencia de las madres casadas, suelen vivir bajo la opresión de la pobreza; asimismo, tienden a apoyarse en las guarderías para el cuidado de sus hijos y se sienten desamparadas tanto en lo social como en lo psicológico. Las madres adolescentes que permanecen solteras, por lo general, abandonan la escuela y, viendo que no pueden mantener a sus hijos, terminan pidiendo asistencia pública. Debido a sus pocos años, la falta de madurez y la pésima situación en que se encuentran, estas madres son más propensas a maltratar a sus hijos.

Está bien documentado que muchos padres adolescentes se entregaron a la delincuencia, usaron estupefacientes, abandonaron la escuela, tuvieron problemas económicos y presenciaron la violencia en su propio hogar. Con estos antecedentes, es sumamente difícil para el padre adolescente fomentar la autoestima en sus hijos.

En muchos casos, los adolescentes se entregan a la actividad sexual, a fin de robustecer su concepto de sí mismos. En el caso de las jóvenes, muchas esperan que, con la maternidad, su estado social mejore: como madres, llevan a cabo una obra importante, alguien las quiere y las necesita. En el caso de los jóvenes, algunos esperan robustecer su sentido de valor apoyados en su atractivo y virilidad. Hay alguna indicación que el adolescente con bajo concepto de sí mismo, tiende a ser indiferente al embarazo, creyendo arriesgar poco en cuanto a su instrucción, psicología y profesión (Bhatti y otros, 1989).

Se verificó, en un estudio, que a las jóvenes experimentadas sexualmente les era difícil negarse porque querían tener al novio satisfecho o porque creían que eso se esperaba de ellas—razones todas que provienen de un bajo concepto de sí mismo.

Varios otros estudios han correlacionado el bajo concepto de sí mismo con el uso infrecuente de los anticonceptivos entre las jóvenes. (Aunque la mayor parte de estos estudios traten el papel de la mujer, el Comité no quiere dejar sin decir que el embarazo y sus efectos son la responsabilidad de ambos, hombres y mujeres.) Las mujeres que gozan de un alto concepto de sí mismas, tienden a usar anticonceptivos para evitar el embarazo. Las adolescentes que, al contrario, evitan los anticonceptivos y pasan a ser madres, por lo general, manifiestan un bajo concepto de sí mismas, se sienten desvalorizadas y poco competentes.

De acuerdo con H. B. Kaplan y otros (1979), los jóvenes que gozan de un alto concepto de sí mismos son aquéllos "que tienen vivencias positivas en el seno de la familia y en la escuela y, por lo tanto, están satisfechos y desean mantener buenas relaciones con los demás. Por eso, su comportamiento corresponde al efecto que desean." En el caso de las madres adolescentes, por lo contrario, éstas conservan malos recuerdos de la familia, de la escuela y de sus compañeros, todos indicios de las condiciones que fomentan el bajo concepto de la persona.

Hay bastante evidencia de que el alto concepto de la persona en los jóvenes está correlacionado con ciertas actitudes y metas incompatibles con el embarazo en adolescencia.

Los padres necesitan el tiempo necesario para participar en las actividades de sus hijos, para ayudarlos con su tarea y para contestar sus preguntas.

—El Comité Selecto de California sobre la Familia en Vías de Evolución, 1989

Resumen sobre la Familia y la Autoestima

Teniendo en cuenta que los años de vivencias y aprendizaje subsiguientes continúan a formar a la persona y a definir su valor, las primeras lecciones en el seno del hogar asientan los cimientos de los cuales depende todo lo demás. Es en el seno de la familia que el niño aprende quien es y lo que se espera de él. Es en la familia que se forja los lazos humanos que, en gran parte, influirán todo roce social subsiguiente. Y, tal vez lo que más importa, es en el seno de la familia que el niño percibe o no percibe el cariño que necesita y desarrolla el concepto de sí mismo.

Dado que la familia es de suma importancia para el desarrollo de la autoestima y de la responsabilidad social, los integrantes del Comité hacemos varias recomendaciones que explicamos en las páginas siguientes. Nuestro propósito es el de apoyar a la familia, a fin de facilitar el amparo y la educación de sus hijos.

Recomendaciones Claves sobre la Familia y la Autoestima

©1986 Wernher Krutein/PHOTOVAULT

1. Montar una campaña de difusión a nivel estatal, a fin de instruir a los ciudadanos del estado en lo que respecta al papel de los padres en el desarrollo del amor propio y de la responsabilidad personal y social.
2. El cuerpo legislativo, reconociendo el importante papel de los padres, debe costear las clases necesarias para preparar a dichos padres. El Departamento de Educación de California debe encargarse de elaborar estas clases, teniendo en cuenta la diversidad cultural y la edad de los padres.

Las Recomendaciones sobre la Familia y la Autoestima en Forma Abreviada

1. Subrayar el papel de los padres por medio de una campaña de difusión.
2. Impartir clases sobre el papel de los padres en las escuelas del estado.
3. Poner a la disposición de la ciudadanía clases sobre la educación de los hijos (cómo ser padres responsables).
4. Poner a la disposición de toda la ciudadanía los servicios de guardería que fomentan la autoestima en los niños.
5. Dar clases de salud prenatal a las parejas que esperan un niño.
6. Instruir a los padres temporales y al personal de las guarderías y de otras instituciones semejantes en lo que respecta a la autoestima y la responsabilidad social.
7. Reducir el número de embarazos de adolescentes por medio de la instrucción relativa a la autoestima.
8. Elaborar programas sobre la vida familiar para los adolescentes.
9. Elaborar programas que fomenten el sentido de responsabilidad en los padres adolescentes.
10. Elaborar programas de apoyo para los padres propensos a maltratar a sus hijos.
11. Crear albergues para las mujeres en los que se dan clases sobre la autoestima y la responsabilidad.

Recomendaciones, Su Explicación y los Ejemplos de Programas sobre la Familia y la Autoestima

RECOMENDACION 1

Subrayar el papel de los padres por medio de una campaña de difusión.

Se recomienda se monte una campaña de difusión a nivel estatal, a fin de instruir a la ciudadanía sobre el importante papel de los padres en el desarrollo de la autoestima y la responsabilidad personal y social del individuo. Asimismo, se recomienda se den clases multilíngües, siempre teniendo en cuenta las diferencias culturales, sobre el afecto y la eficacia en la crianza o educación de los niños

Dado que la disciplina severa resulta nociva para el niño, hay que reexaminar la práctica del castigo corporal. Tanto los padres como los maestros y los peritos sobre el desarrollo del niño deben elaborar métodos menos dañinos para disciplinar a los niños. Asimismo, los educadores deben reconocer a los padres que son propensos al maltrato de sus hijos y los que necesitan asesoramiento con respecto a su salud mental, de acuerdo con la lista a continuación. Estos servicios merecen el respaldo del estado y deben difundirse ampliamente.

Una campaña educativa ampliamente difundida enseñaría los mejores métodos para la crianza de los hijos sin acudir a los castigos corporales. Una vez montada, dicha campaña promovería entre la ciudadanía la participación de las familias, las cuales pasarían a asesorarse sin el estigma que, a veces, acompaña esta actividad.

Los investigadores creen que el alto concepto de la persona, el amor propio, podría reducir el número de embarazos en la adolescencia. Esto, claro está, subraya la importancia de las vivencias del niño en el hogar y en la escuela—vivencias que fomentan el amor propio del mismo. Tiene que haber alguna manera para fomentar la vivencia positiva tanto en el seno de la familia como en la escuela, no sólo para el beneficio del niño sino para todos los demás. En vez de elaborar lo que tal vez ya exista, el Comité recomienda se analicen los programas existentes y se dupliquen los más aptos. Entre los mejores, el Comité presenta los siguientes, a fin de que se consideren:

- **Centro de la Niñez** (Early Childhood Center, Cedar-Sinai Medical Center, 8700 Beverly Boulevard, Los Angeles, CA 90048-1869 [213] 855-5168): El *Warm Line* y *PIPS* (Centro preescolar y asesoría para padres) proporciona un servicio de asesoría para los padres de familia, a fin de evitar los problemas severos. He aquí las estadísticas para el período de enero a fines de marzo de 1989: se proporcionaron servicios a 6,300 familias por medio de *Warm Line;* hubo 200 familias por semana que participaron en la asesoría en grupo; hubo 600 consultas familiares; y se presentaron unos 40 practicantes profesionales como voluntarios.
- **Elección de Madre e Hija** (Mother-Daughter Choice, Girls Club of Santa Barbara, P.O. Box 236, Santa Barbara, CA 93102 [805] 963-4757): Patro-

cinado por la fundación Lily Endowment, este grupo pretende refrenar la incidencia de los embarazos entre las adolescentes, así como reducir el uso de las drogas, por medio de una serie de seis sesiones de diálogo en grupo.

- **Clases para Aumentar la Eficacia de los Padres** (Parent Effectiveness Training, Effectiveness Training, Inc., 531 Stevens Ave., Solana Beach, CA 92075-2093 [619] 481-8121): Este es un programa para instruir a los padres de familia, elaborado por el Dr. Thomas Gordon. Ha sido objeto de elogios y evaluaciones positivas en los últimos 20 años.

RECOMENDACION 2

Impartir clases sobre el papel de los padres en las escuelas del estado.

El cuerpo legislativo, reconociendo el importante papel de los padres, debe costear las clases necesarias para preparar a dichos padres. El Departamento de Educación de California debe encargarse de elaborar estas clases, teniendo en cuenta la diversidad cultural y la edad de los alumnos.

Hay muchos programas y clases sobre la educación de los hijos. En esencia, todos, de una forma u otra, expresan la necesidad de fomentar la autoestima en el niño. El Departamento de Educación de California ha desarrollado un buen número de estas clases, las cuales han llevado a la práctica (o sea que ha hecho experiencias, a fin de confirmar su eficacia). Otros programas son de origen particular. Algunos instruyen al alumno y otros se destinan a los que esperan ser padres de familia. También hay aquéllos que se dirigen a la unidad familiar. Estos cursos deben tener un contenido que encaje bien o sea apropiado para la ciudadanía del estado, teniendo en cuenta su diversidad y etnia.

La educación es un buen elemento en el plan general. Sin embargo, no basta aprender una serie de conocimientos para ser buen padre. *Los padres de familia que fomentan un ambiente positivo son aquéllos que tienen un alto concepto de sí mismos.* Creemos que es buena idea fomentar la autoestima en el jardín de niños, el *kinder*, al mismo tiempo que se instruye a los padres. Esta, desde luego, es la recomendación que le hacemos al Departamento de Educación de California.

- **Programa de Apoyo para los Padres Adolescentes y Sus Familias** (Nurturing Program for Teenage Parents and Their Families, Family Development Resources, Inc., 219 East Madison St., Eau Claire, WI 54703 [715] 833-0904): Programa desarrollado por Stephen J. Bavolek, Ph.D., y Juliana Dellinger-Bavolek, M.S.E., peritos reconocidos a nivel nacional. Este programa, instalado en el hogar o en las escuelas, imparte, entre otras, clases para sobar (dar masajes) a los niños, para divertirse con ellos y para iniciar prácticas que fomentan el alto concepto en los niños. Por otra parte, los jóvenes aprenden a posponer el embarazo, a controlar las influencias de sus semejantes o compañeros, a controlar lo relativo al sexo y a la sexualidad y a evitar la violación en las "citas" de jóvenes. Asimismo, aprenden a usar sus aptitudes o habilidades y a fomentar en sí mismos el amor propio.

Poner a la disponibilidad de la ciudadanía clases sobre la educación de los hijos.

Hay que preparar a los padres de familia para que desempeñen su importante papel, haciendo uso de clases multilíngües, en su mayoría gratuitas. Estas deben incorporarse a los sistemas educativos y a los de asistencia pública, así como a los programas establecidos en la comunidad.

Los mejores medios preventivos ayudan a los padres a comprender el comportamiento de sus hijos, así como los suyos propios; contribuyen al desarrollo de los buenos modales y al de la autoestima. Asimismo, se van perfeccionando en términos psicológicos. Una vez que esto se logra, los padres están preparados para aprender los métodos por los que sus hijos saldrán beneficiados en lo que respecta a su bienestar, a su autoestima, a su aptitud social y a su autosuficiencia.

Tal vez haya otros programas comunitarios más accesibles o más atractivos que los que proporciona el estado. Con toda probabilidad, ningún esfuerzo por parte del Departamento de Educación o por parte de otro sistema escolar—por ejemplo—bastaría para comunicarse con las familias que han abandonado la escuela por una o más generaciones. Para comunicarse con todos los sectores de la sociedad, habrá que acudir a la colaboración de la comunidad.

No bastan los programas de autoestima exteriores, o sea aquéllos fuera del hogar. Tal como dice Sherri Patterson, Directora del Proyecto para la Enseñanza de la Reafirmación, la Seguridad y los Modales en la Niñez: "Si se quiere desarrollar un programa de autoestima, hay que primero comunicarse con los padres. Si esto no se logra, los padres podrían dejarle como legado a los hijos la costumbre del maltrato o abuso."

El Comité sugiere que las compañías de seguro, así como los hospitales, costeen las clases que las metas arriba citadas requieren, reembolsando el costo a los participantes. Asimismo, recomendamos se difunda la importancia y existencia de estas clases para los que esperan ser padres de familia.

- **Centro Humanístico y Psicológico de Glendale** (Glendale Humanistic Psychological Center, 416 East Broadway Ave., Suite 115, Glendale, CA 91205 [818] 500-9835): Este programa ofrece sociodramas, psicodramas y cursos que se destinan a desarrollar la autoestima, principalmente, para mujeres y padres hispanos. El programa educativo para los padres de familia pone el énfasis en el papel de los padres, la disciplina eficaz, el amor propio, la comunicación en la familia, los lazos o relaciones, los padrastros y los padres solteros y todo asunto relativo a la realidad transcultural. El círculo de mujeres en español se ha formado para promover la autoestima, para convertir los sentimientos negativos en sentimientos positivos y para enseñar la comunicación eficaz, a fin de mejorar las relaciones humanas.

RECOMENDACION 4

Poner a la disponibilidad de toda la ciudadanía los servicios de guardería que fomentan la autoestima en los niños.

Hay que promover los servicios de guardería adecuados, eficaces y provechoso para el concepto de sí mismo, incluso la atención prenatal, permanente e intermitente. Por otra parte, hay que ampliar los requisitos para las licencias otorgadas a los educadores y practicantes en el cuidado de los niños, a fin de que se incluyan clases para el desarrollo de la autoestima, así como la responsabilidad personal y social, en los niños

El uso de las guarderías puede ser una experiencia positiva tanto para los padres como para los hijos, ya que por ella los padres aprenden cómo se desarrollan los niños, así como los métodos que estimulan la autoestima. Además, los padres necesitan el apoyo de los educadores y demás personal de las guarderías.

RECOMENDACION 5

Dar clases de salud prenatal a las parejas que esperan un niño.

Hay que dar clases a las parejas que esperan el nacimiento de un hijo con respecto a la responsabilidad que tienen para con el niño que viene, su bienestar y el posible peligro de la desnutrición, el uso de las drogas y la falta de atención médica prenatal.

Ya que el papel desempeñado en el desarrollo sano de los hijos es de suma importancia, la persona que piensa ser padre de familia debe aprender cómo funciona su cuerpo y cómo la vida que lleva podrá afectar a sus hijos. Ya que la influencia de los padres comienza durante el embarazo, la instrucción de dichos padres contribuye a reducir el número de niños incapacitados o minusválido. Asimismo, se pueden reconocer y resolver los problemas prenatales.

RECOMENDACION 6

Instruir a los padres temporales y al personal de las guarderías y de otras instituciones semejantes en lo que respecta a la autoestima y la responsabilidad.

Hay que brindarles a los niños necesitados los servicios de guardería e instruir a los padres temporales, así como al personal de dichas guarderías, en lo que respecta a la autoestima y la responsabilidad personal y social.

Hay clases para los padres temporales (foster parents), así como para el personal de las guarderías, en los centros de estudio comunitarios (community colleges), en los departamentos de asistencia pública de los respectivos condados y en varias asociaciones particulares sin lucro. Hay que hacer hincapié en las lecciones sobre la autoestima y el sentido de responsabilidad en el programa de estudios, así como las lecciones que se preparan para los padres temporales y los niños bajo su cuidado.

Por ejemplo, el Programa para la Vida Independiente (Independent Living Program) destinado a los jóvenes bajo la tutela de padres temporales pone el énfasis en la autoestima, instruyendo a los alumnos en lo que respecta a la seguridad y la confianza en la vida cotidiana.

- **Programa de Instrucción para Padres Temporales del Condado de Sacramento** (Sacramento County Foster Parent Training Program, 7910

Betty Lou Dr., Sacramento, CA 95825 [916] 383-0751): Este programa ofrece clases para los padres temporales con licencia en los centros de estudio comunitarios del condado de Sacramento. Estas clases son obligatorias para los padres temporales. Sin embargo, también están a la disposición de los trabajadores sociales. Se subraya el papel de los padres temporales, incluso la educación, disciplina y el amor propio de los niños.

RECOMENDACION 7

Reducir el número de embarazos en la adolescencia por medio de la instrucción sobre la autoestima y el sexualismo humano, según la edad de los jóvenes.

Hay que reducir el índice de embarazos en la adolescencia, haciendo uso de la autoestima. Asimismo, debe informarse a los jóvenes sobre la abstinencia sexual, así como los métodos anticonceptivos.

El Comité reconoce que la autoestima es necesaria para sostener una relación sana, afectuosa y responsable con otra persona. Hoy día algunos ven en la abstinencia sexual una forma responsable de expresar el valor de la persona. Sin embargo, la investigación demuestra que el alto concepto de la persona no basta para eliminar las experiencias sexuales de los jóvenes. Algunos adolescentes con buen sentido de autoestima evitan el embarazo con el uso de anticonceptivos. Los jóvenes con bajo concepto de sí mismos tienden a no usar anticonceptivos por varias razones y, suelen embarazarse o causar el embarazo más frecuentemente que los que poseen un buen sentido de amor propio.

Entre los factores importantes de la autoestima, está la aceptación del cuerpo propio. La forma del cuerpo, sus funciones, su diferencia o semejanza ante los demás son factores que consideramos cuando medimos nuestro valor personal (sea por el bien o por el mal). A menudo, es difícil mantener una actitud positiva ante el propio físico, la sexualidad y las funciones anatómicas. Los niños de todas las edades quieren saber más sobre su cuerpo y sobre los cambios físicos y psicológicos que experimentan al pasar de la niñez a la pubertad.

Durante gran parte mi vida traté de controlar lo que pasaba, pero he llegado a comprender que la perfección es una meta que nos vence. Ahora puedo abrazar la vida y todas sus imperfecciones, y estoy sosegada—me divierto más. Esta es una de las lecciones más valiosas que mis hijos me han enseñado.

—*Suzanna Matthew*

No ha sido fácil decidir quién es más apto para enseñarle al niño a aceptar y apreciar su físico, si los padres, los maestros o la sociedad en general. Cuando se les pregunta a los adolescentes de dónde sacan el conocimiento de su físico y las actitudes que han desarrollado al respecto, éstos suelen decir que de sus semejantes y de los medios de comunicación. También añaden que les habría gustado tratar esto con sus padres o con algún adulto comprensivo. Todo apunta a que es nuestra responsabilidad, como padres o adultos, enseñarles a los niños lo que hay que saber sobre su persona física.

La responsabilidad de evitar el embarazo es tanto del hombre como de la mujer. Los programas que se destinan a reducir el número de embarazos deben instruir tanto a los varones como a las mujeres, subrayando las consecuencias de sus actos, la responsabilidad que viene con la paternidad y el respeto y cariño mutuos que debe observarse en una relación ideal. Asimismo, hay que tener presente la aptitud necesaria para la plena realización de ese cariño. Estos programas, por otra parte, deben integrar

la autoestima, su carácter y desarrollo, en las lecciones sobre la sexualidad. Los programas que nos han impresionado por su calidad se presentan a continuación:

- **Vigilancia para la Prevención del Embarazo en la Adolescencia** (Adolescent Pregnancy Child Watch (122 C Street, N.W., Ste. 400, Washington, DC 20001 [202] 628-8787): Proviene del Fondo para Defensa del Niño (Children's Defense Fund) y está vinculado a la Asociación de Ligas de Menores de Edad (Association of Junior Leagues), al Concilio Nacional de Mujeres de Color (National Council of Negro Women), y a la asociación *March of Dimes*. Este programa ayuda a los grupos comunitarios a resolver los problemas del embarazo con la organización de campañas de información, entre otras actividades. Asimismo, sirve como eslabón entre los esfuerzos regionales con las actividades preventivas a nivel nacional. Por otra parte, promueve la colaboración entre los diversos grupos para la prevención del embarazo en la adolescencia.

- **Programas de Prevención del Embarazo en la Adolescencia** (Adolescent Pregnancy Prevention Programs, Hollenbeck Junior High School, 2510 E. Sixth St., Los Angeles, CA 90023 [213] 268-0176): Instalado en los planteles de la escuela secundaria Hollenbeck Junior High School, este programa promueve la colaboración entre los sistemas escolares y las organizaciones comunitarias, a fin de prevenir el embarazo en la adolescencia.

- **Programas de Prevención del Embarazo en la Adolescencia y de Instrucción para los Padres de Familia** (San Diego Adolescent Pregnancy and Parenting Program, 2716 Marcy Ave., San Diego, CA 92113 [619] 525-7391): Esta organización ayuda a los jóvenes de varias formas, entre ellas, las visitas al hogar y la facilitación de servicios derivados de las agencias comunitarias. La atención y esmero con que se trata a los jóvenes ha dado por resultado un mejor concepto de la persona entre los mismos. Las actividades en grupo también benefician a los jóvenes por medio del diálogo, así como las sesiones de planificación de dichas actividades. Asimismo, los jóvenes aprenden a compartir su experiencia como padres adolescentes y a resolver los problemas que enfrentan, apoyados en métodos prácticos.

- **Programa de Apoyo para los Adolescentes** (Teen Outreach, Association of Junior Leagues, 660 First Ave., New York, NY 10016 [212] 683-1515): Creado por la Asociación de Ligas de Menores de Edad (Association of Junior Leagues), este es un programa de prevención del embarazo en la adolescencia que tiene como objetivo, entre otros, mantener al alumno en el aula.

- **Proyecto de Padres Jóvenes** (Young Parents Project, 10657 E. Bennett St., Grass Valley, CA 95945 [916] 272-2632): Este es un programa del distrito escolar del Condado de Nevada que combina los estudios generales con los objetivos vocacionales, así como la asesoría y los servicios de guardería para los hijos de padres adolescentes.

RECOMENDACION 8

Elaborar programas sobre la vida familiar para los adolescentes.

Hay que costear los programas de vida familiar para los adolescentes, a fin de promover la autoestima entre ellos. Por otra parte, hay que enseñarles a organizar y administrar sus asuntos. Estos programas deben ampliarse para que estén al alcance de todos.

En 1985, el estado contribuyó, aproximadamente, $5 millones, a fin de demostrar, a nivel estatal, la eficacia de la duplicación de programas sobre el embarazo y la educación de los niños. Por ello, se beneficiaron 32 programas de vida familiar. Sin embargo, estos programas sólo sirven a un 0.01 por ciento de los que necesitan ayuda. De hecho, se registró un aumento de 50 por ciento en la demanda de servicios, causando largas listas de espera. Como resultado, se tuvo que excluir a muchos, atendiendo únicamente a los más necesitados.

A medida que los proyectos de vida familiar se desarrollaban, se llegó a comprender que estos servicios eran sumamente necesarios para los jóvenes. Los agentes que llevaban los casos intensificaban sus esfuerzos mientras que las horas de trabajo del personal se reducían. A través del trabajo que se ha hecho hasta la fecha, se ha descubierto que hay un sinnúmero de problemas a resolver, entre ellos, el abuso físico y sexual, el uso del alcohol y de otros estupefacientes, la prostitución, el pandillerismo, las enfermedades venéreas, los jóvenes callejeros, sin vivienda, las enfermedades crónicas y el depender de la asistencia pública. El manejo eficaz de los casos requiere un contacto continuo con esta clientela, a fin de fomentar en ella la estabilidad y autosuficiencia. Cuando hay un compromiso de llevar los casos a largo plazo, no resta tiempo disponible para acoger a nuevos clientes.

- **Programa de Ayuda para los Padres Adolescentes de Oakland** (Oakland Teen Parent Assistance Program, Dorothy Patterson, Oakland Unified School District, 1025 Second Ave., P15, Oakland, CA 94606 [415] 836-8111): El objetivo de este programa: "Satisfacer las necesidades de los padres de edad escolar." Esta meta se realiza por medio de un programa académico apoyado en la capacitación general, los oficios vocacionales y los de carrera, el apredizaje en las labores y los servicios de apoyo. Entre los servicios de apoyo están los servicios destinados a los jóvenes a nivel comunitario, clases sobre el papel de los padres y sobre el cuidado de los niños. Este es un programa global que pretende la formación académica de los padres adolescentes, su ingreso en buenos empleos y su transformación en buenos padres.

RECOMENDACION 9

Elaborar programas que fomenten el sentido de responsabilidad en los padres adolescentes.

En los programas de vida familiar para el adolescente, hay que desarrollar programas experimentales o de ensayo que sirvan para manejar los casos y para brindar los servicios de responsabilidad destinados a los padres adolescentes.

77

Es necesario instruir e invitar a los padres adolescentes a participar, personal y económicamente, en la educación de sus hijos. La alta demanda de estos servicios por parte de las madres dificulta la tarera de servir a dichos padres. Cerca del 60 por ciento de la nueva clientela ingresa en estos programas porque está encinta. Es decir, se atiende, sobre todo a las mujeres. Sin embargo, si no se asesora a los padres (los varones), la eficacia de los programas adolesce. El personal, muchas veces, tiene que abandonar a los varones, los cuales también carecen de estudios y de conocimientos vocacionales.

Con el aumento de subsidios a los programas de vida familiar para los adolescentes, los servicios de estos programas se podrían ampliar para incluir a los padres (los varones). Aun reconociendo que las escuelas públicas (jardín de niños–12^{avo}) contribuyen de forma importante en los programas preventivos que inculcan la responsabilidad en los varones, una tercera parte de los padres adolescentes (los varones), ya no son de edad escolar. Por lo tanto, hay que ampliar los programas existentes para alcanzar a estos jóvenes.

RECOMENDACION 10

Elaborar programas de apoyo para los padres propensos a maltratar a sus hijos.

La autoestima debe promoverse entre los nuevos padres de familia, ampliando los programas instructivos que se destinan a dichos padres. Hay que asesorarlos en el hogar sobre la educación de los hijos, sobre todo, aquéllos que son más propensos a maltratar a sus hijos, siempre teniendo en cuenta la cultura y la lengua de los mismos.

Las lecciones más importantes en lo que respecta a la educación o crianza de los hijos, se dan, modelan y se ponen en práctica en el hogar del individuo. Muchos padres de familia manifiestan una propensión a maltratar a sus hijos debido a que ellos mismos fueron maltratados de niños; asimismo, sufren de las presiones y apuros de la vida, de inmadurez, de la falta de información adecuada y de un bajo concepto de sí mismos. Les es muy difícil pedir ayuda de la sociedad. Por eso, el estado de California comenzó a subvencionar los programas que proporcionan servicios de guardería y de asesoramiento para los padres. Se ayuda a los padres en el hogar cuando hay indicios de presiones o apuros que podrían ocasionar el maltrato de los niños. De esta forma se ha podido evitar el abuso. Según Paul Crissey, director ejecutivo de la Asociación de Concilios Defensores del Niño Maltratado de California (California Consortium of Child Abuse

Emmett E. Miller, M.D.

Councils), la sencilla existencia de estos programas estimula la autoestima, ya que se participa a los jóvenes "que valen el tiempo que se les dedica."

Estos servicios necesitan un componente, destinado a ambos clientes y personal de los programas, que estimule la autoestima, así como la responsabilidad personal y social.

- **Instituto de los Niños** (Children Institute, 711 South New Hampshire Ave., Los Angeles, CA 90005 [213] 385-5100): Esta guardería proporciona servicios terapéuticos y educativos en inglés y español, haciendo hincapié en la autoestima y la prevención del maltrato de los niños. Esto se imparte en las clases para padres de familia y en los grupos organizados para los niños.
- **Servicios para los Niños Hathaway** (Hathaway Children's Services, 11500 Eldridge Ave., Suite 204, Lake View Terrace, CA 91342 [818] 896-2255): Este programa ofrece tratamientos terapéuticos para los individuos, para la familia y para grupos, ya sea en momentos de crisis o en forma regular a largo plazo. El objetivo es el de facilitar el funcionamiento de la familia.
- **El Programa Stitch in Time** (Stitch in Time Program, La Cresta Foundation, 251 Panorama Dr., Bakersfield, CA [805] 323-0055): Esta es una sociedad o corporación sin lucro que acude a ayudar a las familias jóvenes en momentos de crisis o apuros. Sirve a las familias con niños recién nacidos hasta la edad de cinco años.

Hay varios programas de apoyo que proporcionan asesoría a los padres abusivos, así como a sus hijos, atendiendo a los que se presenten primero. En otras palabras, aun con el aumento de programas en la última década, no se puede satisfacer la demanda de servicios. A menudo, aun los individuos abusivos que han pasado por los tribunales, así como sus víctimas, se ven obligados a esperar para ser atendidos. Los programas que mejor reparan el daño psicológico ocasionado por el abuso o maltrato son aquéllos que atienden las necesidades de la familia en su conjunto.

- **Programa de Facilitación de la Autoestima en los Niños** (Children's Self-Esteem Enhacement Program, 853 Manzanita Ct., Chico, CA 95926 [916] 891-1731): Formulado por la Asociación de Servicios Familiares de los condados de Butte y Glenn, este programa acude a ayudar a los niños que sufren del maltrato o de la negligencia de sus padres, a fin de restaurar su autoestima.

RECOMENDACION 11

Crear albergues para las mujeres en los que se imparten clases sobre la autoestima y la responsabilidad.

Se propone la creación de albergues o refugios en los cuales se imparten clases sobre la autoestima y la responsabilidad.

El matrato o abuso familiar abarca mucho—desde el hostigamiento psicológico hasta el homicidio. La investigación pone de manifiesto que el maltrato conyugal aumenta a través de los años, a menudo, se intensifica y

se hace más frecuente. En uno de los estudios, se verificó que en el 50 por ciento de los homicidios conyugales, se había llamado a la policía cinco o más veces antes que se efectuara el delito.

El movimiento de protección de las víctimas de la violencia en el hogar comenzó a mediados de la década del 70, dirigido por un grupo de mujeres que procuraba albergar y asesorar a las mujeres maltratadas. La ideolgía que prevalece hoy continúa siendo la protección de las mujeres en momentos de crisis y de su asesoramiento a largo plazo. Los servicios de asesoría en los albergues (o refugios) tienen el propósito de inculcar en las víctimas la autoaceptación y la confianza en sí mismas. De esta forma, la mujer podrá abandonar la situación nociva en el hogar para reestablecer su vida y la de sus hijos. Los programas destinados a los niños le enseñan al niño cómo evitar la violencia y varios conocimientos hogareños (la higiene, la seguridad, el comportamiento apropiado según la edad, las reglas generales, etc.). Asimismo, el programa incluye métodos para robustecer la autoestima para ambos el niño y la madre, haciendo uso del respaldo o apoyo, la legitimación y la presentación de modelos a emular.

Libros de Consulta sobre la Familia y la Autoestima

Bhatti, Bonnie, David Derezotes, Seung-Ock Kim, and Harry Specht. "The Association Between Child Maltreatment and Self-Esteem," in *The Social Importance of Self-Esteem*. Berkeley, Calif.: The University of California Press, 1989.

Coopersmith, S. *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco: Freeman, 1967.

Highlights of Official Child Abuse, Neglect, and Abuse Reporting in 1985. Denver: American Humane Association, 1987.

Kaplan, H. B., P. B. Smith, and A. D. Pokorny. "Psychosocial Antecedents of Unwed Motherhood Among Indigent Adolescents," *Journal of Youth and Adolescence*, Vol. 8 (1979), 181–207.

Kirst, Michael, et al. *Conditions of Children in California*. Berkeley, Calif.: Policy Analysis for California Education, University of California, Berkeley, 1989.

Miller, Alice. *Thou Shalt Not Be Aware*. New York: Farrar, Straus and Giroux, 1984.

Satir, Virginia. *Peoplemaking*. Palo Alto, Calif.: Science and Behavior Books, 1972.

La Instrucción, el Fracaso Académico y la Autoestima

Sarafín Zasneta del Centro de Estudios Southwestern (Southwestern College) nos presentó varios estudios que ponían de manifiesto la correlación que existe entre el alto concepto de la persona y los resultados escolares positivos. De hecho, el concepto de sí mismo es el mejor indicador de los resultados académicos, aún más eficaz que las calificaciones en exámenes formales (Jones y Grieneeks, 1970).

El Dr. Zasneta, asimismo, afirmó que los alumnos con bajo concepto de sí mismos se creen incapaces de aprender. Esta situación, claro está, genera resultados académicos muy pobres.

La Incapacidad de Aprender

La incapacidad de aprender puede ser catastrófica, tanto para el individuo como para la sociedad. Hay varios estudios que indican que muchas escuelas, un número importante, no llegan a instruir y preparar adecuadamente a los alumnos para una vida productiva. Según Robert Reasoner, Superintendente del Distrito Escolar de Moreland en San Jose:

- El veinte y cinco por ciento de los alumnos ingresados en la escuela secundaria no se reciben, o sea que no terminan sus estudios.
- En algunas escuelas, el 30 por ciento de los alumnos étnicos, de los centros urbanos, no terminan el octavo año de estudios.
- Entre los que se reciben o gradúan, el 47 por ciento no sabe escribir adecuadamente.

El Comité en Pro del Desarrollo Económico, un grupo de empresarios y educadores, calculó recientemente que, a través de una vida, cada grupo de jóvenes que abandona la escuela le sale costando al país más de $240 billones en sueldos e impuestos no generados—y más aún en gastos para la asistencia pública y el orden público (*Building the Future*, informe anual de 1988, del Departamento de Educación de California).

... los padres y los hijos van evolucionando, unos tras otros, apoyándose, a veces, y desafiándose, en otras ocasiones, a fin de adquirir los conocimientos necesarios en la vida que llevan juntos.

—*Mary Field Belenky y otros*

Según Martin Covington, profesor de la Universidad de California, Berkeley, es lamentable considerar la situación actual, y "Es aún más desconsolador, por consiguiente, prever las vidas arruinadas, el talento humano mal aprovechado y el intelecto y capacidad desperdiciados." (Covington, 1989)

Las prácticas del personal escolar influyen mucho en la psicología, los modales y el concepto personal de nuestros hijos. A veces, las escuelas logran mitigar o contrarrestar los efectos nocivos de las familias desorientadas que suelen maltratar a los niños; a veces, logran hasta inculcar un sentido de autoestima en esos niños, cuyo concepto de sí mismos es muy pobre. Por otra parte, sin embargo, las escuelas también

pueden destruir el sentido de valor y autoestima inculcado por los padres—cuando hacen demasiado hincapié en la competición. Ahora bien, aunque no se pueda culpar únicamente a las escuelas por la situación en la que se encuentran nuestros hijos, sí se les puede exigir la colaboración con los padres de familia y con la comunidad, a fin de resolver este problema.

Los padres pueden crear las condiciones que facilitan el aprendizaje en sus hijos. La investigación al respecto indica que cuando se les lee a los niños, cuando se les revisa la tarea diariamente, cuando se les habla con respecto a los acontecimientos cotidianos, los niños salen beneficiados; asimismo cuando se les lleva a los parques, al jardín zoológico, a los museos, a las bibliotecas y a los partidos de pelota, los niños tienen más éxito en sus estudios.

La Autoestima y el Fracaso Académico

Este Comité se propuso investigar el posible lazo entre la autoestima y el fracaso académico, a fin de promover las condiciones en el aula y la relación entre el maestro y el alumno que pudieran fomentar la autoestima y el triunfo académico entre los jóvenes. Según los peritos, la falta de amor propio impide el aprendizaje en la escuela y, por ello, sugieren el estímulo de la autoestima, a fin de promover dicho aprendizaje.

Según Martin Covington, investigador de este Comité:

> *. . . hay una lucha centrada en la evolución misma del aprendizaje, la cual, reducida a sus elementos esenciales, representa la necesidad de establecer y mantener firme el sentido de dignidad y del valor personal.*

Según la investigación del profesor Covington y otros, uno de los factores que menoscavan el sentido del valor personal es la aceptación y fomento de la competencia para motivar a los alumnos. En un sistema en que impera la competición, el triunfo y el fracaso se asocian fuertemente con la alta y baja capacidad. Esta capacidad se trata como si fuera un factor inmutable (que no puede cambiar), más allá del control del individuo. El mensaje es claro: todo esfuerzo es inútil, no hay ninguna esperanza. Por lo tanto, para no sentirse inútil, inservible—actitud que resulta de los esfuerzos fallidos—el alumno desiste, prefiere no hacer nada. De esta forma, el individuo protege su frágil sentido de amor propio y deja de estudiar.

En la actualidad, hay varias escuelas que respetan y fomentan el intelecto, así como la capacidad que posee todo alumno. Uno de los métodos más populares es el aprendizaje cooperativo o el aprendizaje en colaboración, el cual contrarresta el ambiente nocivo que se crea cuando hay muchos alumnos en las aulas o se pone demasiado énfasis en la competición. El aprendizaje cooperativo o en colaboración fomenta el apoyo entre los compañeros de una clase, haciendo a cada uno responsable por sí mismo y por los otros; de esta forma mejora los resultados académicos de todos.

Según Michele Borba, el libro *Dealing with Dropouts*, publicado por el Departamento de Educación de los Estados Unidos, nos da las razones por las que los jóvenes abandonan sus estudios; según los mismos jóvenes: "a nadie le importaba lo que hacemos." La Dra. Borba también citó otro estudio sobre 40,000 alumnos en Arizona, en el que se concluyó que, para

Los efectos que surte el maestro son eternos; no se sabe cuándo termina su influencia.

—Henry Adams

Pacific Gas & Electric Co.

hacer a las escuelas más eficaces, era necesario causar una impresión más positiva en el alumno. Este debía sentir "que se le trataba como individuo y no como un simple nombre en la lista de matrícula." La Dra. Borba subrayó la importancia del ambiente estudiantil. En su libro, *Esteem Builders* (1989), ella presenta los "elementos edificadores" que necesitan los niños para desarrollar la responsabilidad y el amor propio. Entre ellos, se incluyen:

La seguridad—El niño se siente seguro y protegido; sabe que puede apoyarse en la gente que lo rodea.

La idea de sí mismo—Estado en que el niño se conoce bien; tiene presente, sin exageración, tanto sus cualidades como su físico.

La asociación—Estado en que el niño se siente parte íntegra de un todo; percibe que es aceptado y reconoce fuertes lazos con la gente que lo rodea.

La misión—Estado en que el individuo cree ejercer alguna influencia en su propia vida; percibe que ésta tiene un fin o propósito; y siente la responsabilidad de sus propios actos.

La capacitación—El sentirse capacitado o competente en lo que, particularmente, le es importante o valioso, reconociendo su fuerza, así como su debilidad.

La Vida Preescolar y los Primeros Años de Estudio

El niño aprende más en los primeros cinco años de vida que en cualquier otro período de cinco años. Los conocimientos y valores esenciales, así como la idea de sí mismo—adquiridos antes de pasar al jardín de niños—ya forman los fundamentos del carácter del individuo. Los educadores, encargados de la educación de los niños en los primeros años de estudio, según se informó, están capacitados para influenciar, de forma positiva, la autoestima y el bien estar de los niños.

Antes, los niños, en su mayoría, pasaban sus primeros años de vida en el hogar, educados por los padres u otros parientes. Hoy día, sin embargo, muchos pasan gran parte del tiempo en las guarderías o en lugares semejantes.

Ya que muchas mujeres trabajan, hay que esmerarse por que los programas de las guarderías sean positivos, amparen y respeten tanto a los padres como a los niños que cuidan. Esto se consigue, en parte, con clases sobre el desarrollo del niño destinadas a los educadores, a fin de que aprendan a fomentar la autoestima y la responsabilidad en el niño.

Asimismo, se nos informó que la instrucción preescolar y la de los primeros años de escuela no deben ser muy estructurados. Moore y Moore, en *Journal of School Health* (febrero de 1986), explican que es contraproducente el tratar de enseñar demasiado en los primeros años, ya que existe el peligro de "quemar" o agobiar a ambos alumnos y maestros. Según un buen número de peritos en el desarrollo del niño, entre ellos David Elkind de Boston y William Rohwer de Berkeley:

> *Hoy día, los conocimientos rudimentarios de los niños de cuatro a seis años de edad no están lo suficientemente desarrollados o aguzados para las rigurosas tareas académicas que, a menudo, se les imponen. Lo peor de todo es que se refrena el desarrollo social.*

El informe emitido por el Departamento de Educación del Estado de California sobre la preparación del niño, *¡Ahí vienen, estén o no estén listos! (Here They Come: Ready or Not!)* recomienda cambios fundamentales en la enseñanza de los niños de cuatro a seis años de edad. Entre estas recomendaciones está la formulación de materias y métodos pedagógicos, la reducción del número de alumnos en las aulas, la instrucción del personal docente y los cambios en la forma de medir los resultados académicos; asimismo, se recomienda mejorar los lazos entre las escuelas y las guarderías, estimular la participación de los padres, eliminar los planes de trabajo y otro papeleo y emplear más actividades manuales, tal como el uso de bloques, pinturas y otros objetos que se pueden contar y organizar.

Recapitulación de la Educación y la Autoestima

Los elementos edificadores de la autoestima son, precisamente, los conocimientos fundamentales. Entre más conocimientos posea el individuo, mejor será su capacidad para enfrentarse a lo que la vida le ponga delante. Cuando las escuelas fomentan la responsabilidad personal y social, por ejemplo, el alumno no va encaminado por un solo camino; puede escoger entre una variedad de alternativas. Siendo así, por lo general, desarrolla sus conocimientos y opta por la conducta ética.

La educación que recibe el niño, así como los primeros años de escuela, influyen, de forma contundente, su psicología y bien estar; forman su carácter o manera de ser y propician su capacidad productiva en el porvenir. Por ello, este Comité propone una serie de recomendaciones que pretende fomentar la autoestima, así como la responsabilidad personal y social, a fin de beneficiar a los niños de este estado y al personal que los atiende.

Recomendaciones Claves para la Educación y la Autoestima

1. Todo distrito escolar en California debe promover la autoestima y la responsabilidad personal y social, declarándolas metas a alcanzar; debe, por otra parte, integrar el amor propio en las materias impartidas e informar a todos a su respecto. Las mesas directivas escolares, asimismo, deben tener en cuenta al personal, así como al estudiantado, fomentando en ellos el respeto mutuo, la estima y la cooperación.
2. La licencia o credencial que habilita a los maestros para la enseñanza debe exigir clases sobre la autoestima y éstas deben formar parte de la instrucción general de todo educador. Debe exigirse, por lo menos, una clase sobre el desarrollo de la autoestima (tanto del maestro como del alumno) para la credencial destinada a la enseñanza, la asesoría o la administración. Estas clases, asimismo, deben exigirse para la vigencia de dicha credencial. Las clases sobre la autoestima y la responsabilidad personal y social deben establecerse en los distritos escolares como parte íntegra de los programas destinados a su personal.

Resumen de las Recomendaciones sobre la Educación y la Autoestima

1. Integrar globalmente la autoestima y la responsabilidad en los programas escolares.
2. Instruir a todo educador—antes y después de ejercer la profesión—en lo que respecta a la autoestima y la responsabilidad.
3. Darle al alumno la oportunidad de prestar servicio en la comunidad.
4. Formular un programa escolar que incluya los conocimientos necesarios para la vida tal como es.
5. Fomentar/promover la participación de los padres.
6. Ser comprensivo con los alumnos que son propensos al fracaso.
7. Usar las artes para fomentar la autoestima y la responsabilidad social.
8. Ampliar los servicios de asesoría y los de asesoría entre semejantes o compañeros de clase.
9. Facilitar el aprendizaje cooperativo o en colaboración.
10. Reducir el tamaño de las clases o la proporción de alumnos a adultos.
11. Contrarrestar la intolerancia y el prejuicio.

Recomendaciones, Explicación y Ejemplos de los Programas sobre la Autoestima

RECOMENDACION 1

Integrar globalmente la autoestima y la responsabilidad en los programas escolares.

Todo distrito escolar en California debe promover la autoestima y la responsabilidad personal y social, declarándolas metas a alcanzar; debe, por otra parte, integrar el amor propio en las materias impartidas e informar a todos a su respecto.

Las mesas directivas, asimismo, deben tener en cuenta al personal, así como al estudiantado, fomentando en ellos el respeto mutuo, la estima y la cooperación.

Las escuelas de California se encuentran en plena faena para modificar las asignaciones y para hacer los cambios que exige la reforma académica y social. Si la autoestima y la responsabilidad personal y social se ponen como apéndices a las asignaturas regulares, su importancia quedará rebajada. Sin embargo, si las actividades relacionadas con la autoestima y la responsabilidad se incorporan al programa académico, globalmente, el alumnado saldrá altamente beneficiado; tanto las ideas como los sentimientos se tratarán a la vez, sin necesidad de añadir más clases.

Según el Departamento de Educación del Estado de California, la mayoría de las escuelas destacadas como "Escuelas que se distinguen"—por su alto rendimiento académico—ha incorporado la autoestima y la responsabilidad social en beneficio de ambos alumnos y el personal. Según la investigación más reciente, existe una fuerte correlación entre el estado psicológico o anímico del maestro y el estado psicológico del alumno. Por lo tanto, la reglas o normas que rigen al maestro son tan importantes como los cambios que sugerimos para los programas académicos.

Robert Reasoner, en su testimonio, recalcó que las escuelas necesitan promover la cooperación en vez de la competencia; todo premio o reconocimiento debe derivarse de dicha cooperación. Entre otras formas de reconocimiento, hay que incluir la concesión de premios, las reuniones para dialogar, la colaboración en las decisiones tomadas, el libre acceso a los dirigentes y el apoyo al personal, a fin de que éste desempeñe su labor eficazmente.

El señor Reasoner, asimismo, aconseja se trabaje en colaboración, como equipo, a fin de que el personal se apoye mutuamente y se sienta bien centrado. Las escuelas deben depender del consenso y no del edicto administrativo.

Se deben formular las reglas y las medidas disciplinarias que regirán en la escuela en colaboración con los administradores, los maestros, los padres y los estudiantes. Las reglas formuladas arbitrariamente e impuestas sobre los demás suelen rechazarse. Por otra parte, hay que presentar toda regla

claramente para que ambos personal y alumnos sepan lo que se requiere de ellos. El fin de la disciplina es el fomento del respeto propio y no la degradación del individuo. El buen comportamiento, así como el respeto de las reglas, debe premiarse tanto como se censura la desobediencia y la mala conducta.

Entre los programas que se destacan, presentamos los siguientes:

- **El Desarrollo de Conocimientos para el Adolescente** (Affective Skill Development for Adolescents, 5930 South 58th St., Suite N, Lincoln, NE 68516 [402] 423-1623): Este es un programa de las escuelas secundarias que estimula la autoestima; entre otros, se incluyen varios recursos de instrucción y un buen número de actividades para el alumno. El programa ha tenido mucho éxito entre los jóvenes propensos a abandonar las aulas.
- **Asociación de Concilios Estudiantiles de California** (California Association of Student Councils, 313 West Winton Ave., Hayward, CA 94544-1198 [415] 785-5583): Este programa imparte clases sobre el papel del dirigente o líder, sobre la forma de resolver los conflictos y sobre la comunicación eficaz entre alumnos y maestros.
- **Programa de Autoestima** (Self-esteem Program, George Davila, 13174 E. Parlier, Parlier, CA 93648 [209] 646-3527): El programa de autoestima del Distrito Escolar de Martinez, está compuesto de varios recursos derivados del Centro de Autoestima ubicado en Santa Cruz, California. Entre los esfuerzos del programa, se encuentran el fomento de la autoestima entre maestros y estudiantes, la presentación de jóvenes que han abandonado el aula y el aumento en la asistencia escolar.

RECOMENDACION 2

Instruir a todo educador—antes y después de ejercer la profesión—en lo que respecta a la autoestima y la responsabilidad.

La licencia o credencial que habilita a los maestros para la enseñanza debe exigir, como requisito, clases sobre la autoestima, y éstas deben formar parte de la instrucción general de los educadores.

Por lo menos una clase sobre el desarrollo de la autoestima (de ambos maestro y alumno) debe exigirse para la credencial destinada a la enseñanza, a la asesoría o a la administración. Estas clases, asimismo, deben exigirse para la vigencia de dicha credencial. Las clases sobre la autoestima y la responsabilidad personal y social deben establecerse en los distritos escolares como parte íntegra de los programas destinados a su personal.

Enseñar los métodos a emplear para el fomento de la autoestima, instrucción destinada a los maestros y demás personal de las guarderías y centros preescolares.

En la actualidad, hay pocas universidades y centros docentes del estado que ofrezcan clases sobre la autoestima. Tampoco las requieren los distritos escolares. Los métodos pedagógicos para fomentar la autoestima deben integrar los estudios generales del personal docente, sean estudiantes, maestros, consejeros o administradores.

Hay que poner a la disponibilidad de todos—administradores, maestros, consejeros o asesores, ayudantes, padres de familia y todo personal no certificado—los cursos que explican cómo se fomenta y desarrolla la autoestima, cómo se destruye y cómo se puede restaurar. Los que, por su profesión o cargo, están interesados en el bien estar de los niños, sacan buen provecho del conocimiento de los métodos que fomentan la autoestima.

El niño, mucho antes de ingresar en el jardín de niños, se forma un concepto de sí mismo, ya sea negativo o positivo. Muchos peritos creen que el concepto de sí mismo ya está formado en el niño para la edad de cinco años. Aunque nunca es demasiado tarde para mejorar el sentido de amor propio, los primeros años son los más importantes. Los programas educativos destinados a los niños están capacitados para inculcar el alto concepto de la persona, la independencia y la confianza en sí mismos, a fin de que los niños puedan relacionarse socialmente.

Es de suma importancia que el personal de las guarderías y centros preescolares asistan a clases sobre el desarrollo de la niñez con respecto al roce social, a la psicología y a la imaginación. Asimismo, dichas clases deben tratar el desarrollo de las habilidades o aptitudes del niño.

He aquí algunos de los programas sobre la instrucción de personal que nos llamaron la atención:

- **Educación Acción** (Action Education, 2831 Cedarwood Way, Carlsbad, CA 92008 [619] 434-6080): Este es un programa de talleres o clases especiales destinadas al personal docente—tanto maestros como administradores—que promueve el desarrollo cognoscitivo eficaz en los alumnos desde el jardín de niños al último año de secundaria. Se presentan varios métodos de enseñanza—el aprendizaje cooperativo o en colaboración, la metodología empleada para resolver problemas, los métodos de comunicación—en cada una de las asignaturas o materias. Se pretende desarrollar la autoestima en el alumno por medio del rendimiento académico, del ejercicio de la responsabilidad personal y de la colaboración.
- **Congreso Anual sobre la Autoestima del Estado de California** (Annual California Self-Esteem Conference, Bill Shuey, Center for Self-Esteem, P.O. Box 1532, Santa Cruz, CA 95061 [408] 426-6850): He aquí las organizaciones que patrocinan este congreso: El Concilio Nacional en Pro de la Autoestima, El Centro en Pro de la Autoestima, el Departamento de Educación del Estado y varios departamentos de educación de los condados. Cada año se reúnen maestros, asesores y administradores para escuchar las conferencias de peritos en la educación de los niños. Asimismo, se participa en los talleres prácticos o clases especiales.
- **Congreso Anual sobre la Autoestima del Sur de California** (Annual Southern California Self-esteem Conference, the Foundation for Self-Esteem, 6035 Bristol Parkway, Culver City, CA 90230 [213] 568-1505): He aquí las organizaciones que patrocinan este congreso: El Concilio Nacional en Pro de la Autoestima, la Fundación en Pro de la Autoestima, el Instituto de la Educación Continua y siete departamentos de educación

de los condados. Este congreso anual presenta oradores, así como talleres de trabajo, para beneficio de los maestros, los consejeros y los administradores escolares.

- **Departamento de Educación del Condado de Los Angeles** (Los Angeles County Office of Education, Office of Pupil Personnel and Guidance, Dra. Alice Healy-Sesno, 9300 E. Imperial Highway, Downey, CA 90242 [213] 922-6333): Este congreso anual de un día está destinado a los asesores o consejeros y siempre tiene conferencias sobre la autoestima.
- **Programa de Maestría sobre la Educación Centrada en la Persona** (Master of Arts in Person-Centered Education, United States International University, 10455 Pomerado Road, San Diego, CA 92131 [619] 693-4595): Este programa, sobre todo, trata la autoestima en el aula. Hay que ser maestro para participar. Examina tanto lo práctico como lo teórico. A través de 15 años de existencia, ha tenido un efecto positivo en ambos maestros y alumnos.
- **Departamento de Educación del Condado de Santa Clara** (Santa Clara County Office of Education, Educational Development Center, Charlotte Powers, 100 Skyport Dr., #237, San Jose, CA 95115 [408] 453-6624): Esta agencia imparte clases sobre la autoestima para los maestros de cinco condados de la región. Lleva más de tres años de existencia.

RECOMENDACION 3

Darle al alumno la oportunidad de prestar servicio en la comunidad.

Hay que ver de qué forma se puede promover la participación de la ciudadanía por medio del sufragio, la participación en el jurado, los servicios voluntarios y la participación general en las organizaciones comunitarias.

—History–Social Science Framework Departamento de Educación de California

Se recomienda se dé la oportunidad a todo alumno, de cualquier edad, a prestar servicio en la comunidad.

Al momento de ingresar en la escuela secundaria, el alumno debe leer y escribir eficazmente y tener conocimientos de las matemáticas y de las ciencias—además, debe tener un alto sentido de responsabilidad. Hay un gran número de programas voluntarios y obligatorios de servicio a la comunidad destinados a los jóvenes. El personal de las escuelas afirma que los jóvenes que participan en estos programas son menos egoístas y se sienten más seguros sobre su propia capacidad. Esta confianza en sí mismos se manifiesta en el rendimiento académico en el aula (*New York Times*, 30 de noviembre de 1988).

Por medio del servicio a la comunidad se puede ayudar a los barrios, a las ciudades, a los bosques y a la tierra bajo cultivo, los cuales necesitan la atención de la ciudadanía. Además del bien material, este civismo estimula la responsabilidad cívica, el altruísmo y la abnegación, valores que, hoy día, carecen muchos jóvenes.

Los administradores del programa de servicio comunitario estudiantil de la Universidad de California en Davis, afirman que la ayuda a la comunidad por parte de los estudiantes universitarios estimula el civismo, la solidaridad con la sociedad, y fomenta una ciudadanía responsable.

En varios casos, el servicio prestado a la comunidad facilita el desarrollo de la carrera del estudiante, ya que le proporciona una oportunidad para desarrollar sus habilidades en lo que respecta a su futura profesión.

Muchos participantes afirman que el servicio que prestaron a la comunidad durante sus estudios secundarios y universitarios les brindó muchos conocimientos provechosos.

He aquí algunos programas de servicio comunitario que nos llamaron la atención:

- **Programa *Campus Compact* de California** (California Campus Compact, Chuck Supple, Executive Director, UCLA [213] 206-3346): Este programa forma parte de un esfuerzo a nivel nacional llamado *Campus Compact* y está patrocinado por la Comisión de Educación de los Estados, con sede en Rhode Island ([401] 863-1119). Es una agrupación de más de 40 universidades y centros docentes de California, tanto públicos como particulares, que ayudan a los estudiantes a ayudar al prójimo, y lo dirigen el canciller o rector Charles Young de UCLA y el rector Donald Kennedy de la Universidad de Stanford.
- **Programa *Conservation Corps* de California** (California Conservation Corps, 1530 Capitol Ave., Sacramento, CA 95814 [916] 952-JOBS): Este programa de CCC fomenta el valor del trabajo y se destina a los jóvenes de diez y ocho a veinte y tres años de edad. Tiene dos objetivos: el empleo y desarrollo de los jóvenes y la conservación y embellecimiento de los recursos naturales del estado. Para este fin, el CCC estableció 18 centros residenciales en el estado, así como 30 centros satélites y una academia para la instrucción de los participantes. "Sin importar los planes para el futuro, el CCC les da la oportunidad para madurar, para confiar en sí mismos y para disciplinarse."
- **Fundación en Pro de los Derechos Constitucionales** (Constitutional Rights Foundation, 601 South Kingsley Dr., Los Angeles, CA 90005 [213] 487-5590): Subsidiado por fundaciones y firmas, ya hace 25 años que este programa imparte cursos sobre la ciudadanía y otros asuntos relativos a la ley. Entre otros, hay cursos sobre el servicio comunitario de la juventud, los jóvenes como líderes, los asuntos empresariales en el aula, el ensayo de juicios, el día dedicado a la ley y los deportes y la ley.
- **Ayuda Directa a los Alumnos de las Escuelas Secundarias** (Student Internships for Work with High School Students, Dr. Stephanie McGraw, 400 Golden Shore Blvd., Ste. 318, Long Beach, CA 90802 [213] 590-5547): Los estudiantes de la Universidad Estatal de California sirven de preceptores, así como ejemplo, a los alumnos de las escuelas secundarias cuyo índice hispano y negro alcanza el 60 por ciento o más del alumnado.
- **Programa de la Universidad de California en Davis, *Human Corps:* Los Estudiantes que Obran para el Bien de Todos** (UC Davis Human Corps: Students Making a Degree of Difference, Internship and Career Center, 2nd Floor, South Hall, Davis, CA 95616 [916] 752-2855): En la Universidad de California en Davis, hay muchos estudiantes que se dedican activamente a las agencias comunitarias, incluso las clínicas, las escuelas y las organizaciones sin lucro. Asimismo, muchos se han dedicado a enseñar los primeros auxilios a las familias migratorias y han participado en el proyecto de alfabetización de las bibliotecas.

Formular un programa escolar que incluya los conocimientos necesarios para la vida tal como es.

Es urgente que el Departamento de Educación de California, en colaboración con el sector empresarial, desarrolle un programa escolar sobre los conocimientos prácticos—entre ellos, la autoestima y la responsabilidad—para llevar la vida de forma ordenada. Dicho programa debe comenzar en el jardín de niños y continuar hasta el último año de estudios secundarios.

Este Comité cree firmemente que los alumnos del estado necesitan cursar las materias relacionadas con los conocimientos fundamentales para llevar la vida, entre ellos, la integridad, la autoestima, la comunicación, la realización de metas, el uso y manejo del tiempo y del dinero, los métodos para resolver problemas, el desarrollo de los conocimientos necesarios para dirigir a otros, el control de presiones exteriores o psicológicas, la metodología para tomar decisiones, los valores fundamentales norteamericanos, tales como la honradez, la responsabilidad, la integridad, la autodisciplina, la igualdad y la cooperación.

Hay varios cursos hoy día que se dedican a las carreras profesionales y al desarrollo de la persona. Sin embargo, en las escuelas del estado no existe ningún plan global o universal que se dedique a desarrollar la autoestima y la responsabilidad personal y social. Los programas que existen, en su mayoría, están muy fragmentados, son muy breves y no están integrados en las asignaturas regulares.

El desarrollo de carreras es un componente importante, por lo que debe integrarse en el programa académico. De esta forma se puede proveer al alumno con la información y los conocimientos necesarios para desarrollar las habilidades que posee. Asimismo, dicho alumno adquiere un conocimiento de sí mismo, reconoce sus aptitudes y desarrolla la responsabilidad personal y social.

En este curso se pueden integrar los siguientes componentes: la evaluación de aptitudes, el trabajo práctico, la presentación de modelos a emular, la ayuda de preceptor o maestro particular y los congresos o simposios sobre carreras profesionales. El sector empresarial, así como los padres de familia, tienen que desempeñar un papel más activo en la instrucción de los jóvenes, si es que se espera que éstos estén preparados para el futuro. Una vez que el joven sabe quién es y qué rumbo toma su vida, mejora su concepto de sí mismo y su conducta se hace más responsable.

Para la formulación de este programa académico, el Departamento de Educación del Estado debe reunir a un grupo que represente los sectores de la sociedad, entre ellos, los profesores universitarios, los especialistas en la formulación de programas académicos, los miembros del personal de las escuelas secundarias, los líderes comunitarios y empresariales, los estudiantes y padres de familia.

A continuación, presentamos algunos de los programas sobre los conocimientos prácticos para llevar la vida ordenadamente:

- **Programa Central de Tecnología Aeroespacial** (Aerospace Technology Magnet, Gayle Quinn, Coordinator, 4400 Briercrest Ave., Lakewood, CA 90713 [213] 436-9931, ext. 1337 o 7124): El Departamento de Educación de los Estados Unidos subvencionó al Distrito Escolar de Long Beach para instalar este programa que es un modelo ejemplar de la colaboración entre la industria y la educación. El programa, destinado a los alumnos minoritarios de cuarto a octavo año, comenzó en seis escuelas del distrito en el otoño de 1989. El programa imparte clases sobre la computación o ciencia informática, la ciencia aeroespacial, las matemáticas y los conocimientos técnicos relativos a las ciencias. Asimismo, se imparten las materias necesarias para el estudio de la ingeniería. Las agencias y empresas como NASA, Jet Propulsion Laboratory, McDonnell Douglas, Northrop y Rockwell preparan a los maestros y McDonnell Douglas les proporciona trabajo práctico a los alumnos.
- **Programa de Preparación para la Universidad** (College Readiness Program, Ron Temple, California Department of Education, Office of Special Programs, 560 J Street, Ste. 570, Sacramento, CA 95814 [916] 324-7146): Por medio de este programa se establecen lazos entre los recintos universitarios de la Universidad Estatal de California y las escuelas secundarias intermedias (junior high schools), a fin de preparar a los alumnos de sexto a octavo grado para los estudios universitarios.
- **Programa Cooperativo de Academia** (Partnership Academy Program, Sequoia School District, 480 James Avenue, Redwood City, CA 94062-1098 [415] 369-1411, ext. 327): Este programa, subvencionado por el estado, se destina a los alumnos que están en peligro de abandonar las aulas; está establecido en más de 30 centros. El programa requiere la colaboración del sector empresarial, el gobierno, los sindicatos, la comunidad y las organizaciones educativas. Este es el concepto de la escuela dentro de la escuela; los alumnos estudian algún conocimiento específico en la ciencia informática o en la electrónica. Los maestros de inglés, de matemáticas y de ciencias dan las clases. Los alumnos pueden participar en los trabajos prácticos que proporciona la industria, a fin de desarrollar los conocimientos necesarios para las carreras profesionales.
- **El Programa *Redwood*** (Redwood Program, Redwood City High School, 1968 Old County Road, Redwood City, CA 94063 [415] 369-1411, ext. 334): Este es un programa especial de medio horario para los alumnos en peligro de abandonar las aulas. Pone el énfasis en las necesidades del joven y no en las reglas de la escuela. Actualmente, hay 180 alumnos, de diez y seis a diez y ocho años de edad. Se hace hincapié en el desarrollo de los conocimientos necesarios para las carreras profesionales y la planificación de la vida. Se explican y discuten las metas a corto y largo plazo, ya sean de carácter personal, académico o laboral. Entre otras actividades, se formulan planes para realizar metas, se hacen evaluaciones de las aptitudes de los alumnos y se asesora a cada uno de ellos. La comunicación diaria con los maestros hace maravillas; los alumnos sienten la estima y apoyo de los maestros y, como es natural, reaccionan de forma positiva: creen en sí mismos y en su capacidad. El

programa destinado a las madres menores de edad les facilita la continuación de su instrucción en la escuela, así como el asesoramiento necesario para las carreras profesionales. El programa terapéutico se dedica a los alumnos que requieren una atención especial.

RECOMENDACION 5

Fomentar/promover la participación de los padres.

Los padres deben participar en la educación de sus hijos. Los profesores y los directores de las escuelas necesitan incluir a los padres en sus planes presentes, en los programas y en las pláticas o comunicaciones.

Los estudios sobre la educación demuestran, sin lugar a dudas, que un factor importante en los logros del estudiante, es lo que los padres les inculcan en casa. Por ejemplo, Herbert J. Walberg, profesor de Educación e investigador de la Universidad de Illinois, advierte que la forma en que los padres se comportan con sus hijos en casa, es dos veces más predecible en aquellos niños que sobresalen en la escuela, más aun que el estado económico o social de la familia (Walberg, 1984).

La investigación hecha por Reginald Clark, profesor de Educación del Claremont College, refuerza el concepto de que los padres deben participar en la educación de sus hijos toda su vida (Clark, 1983). Los estudios llevados a cabo por el Prof. Clark, durante los últimos diez años, contradicen la idea de que, a medida que el niño crece, la participación de sus padres en su educación debe ser menor. También se encontró que la forma en que las escuelas se comunican con los padres influye de manera contundente la participación de éstos en la educación de sus hijos.

Las escuelas deben fomentar la asociación familia-escuela para atraerse el apoyo y la participación de los padres en la educación de sus hijos. Tal asociación debe dar como resultado que los padres tengan voz en los programas educativos, en los procedimientos o reglamentaciones y en el desarrollo de cursos de estudio, así como para ayudar al profesor en el salón de clases. De importancia también es el hecho que los padres pueden adquirir los conocimientos necesarios para que mejoren el rendimiento académico de sus hijos, su responsabilidad y la autoestima.

Un estudio hecho por Brookover (1978) indica que los educadores preparados pueden ayudar a los padres a adquirir estos conocimientos, acrecentando así los logros académicos de sus hijos y la opinión que tienen de sí mismos. Además, un estudio hecho a nivel nacional, en enero de 1989, por la Fundación Carnegie para el Desarrollo de la Enseñanza (Carnegie Foundation for the Advancement of Teaching), con la participación de 22,000 profesores, demuestra que en la opinión del 90 por ciento de los profesores entrevistados, los niños no cuentan con el apoyo de sus padres.

Una relación intermedia de rutina entre el personal de la escuela y los padres, ayuda a fomentar un espíritu de dignidad y propósito mutuo. Para que esta asociación beneficie a todos los que participan en ella, los profesores deben aprender los métodos más eficaces. Los padres necesitan saber cómo se desarrolla su hijo académica, social y emocionalmente y se debe alentar a los padres para que éstos comuniquen lo que saben, así como

Pacific Gas & Electric Co

sus preocupaciones, a una persona del plantel escolar. La asociación padre-escuela debe contar con la participación tanto de los padres que trabajen como los que se queden en casa, padres y madres, abuelos u otras personas encargadas de la crianza de los niños.

Hace casi 20 años, James P. Comer, psiquiatra de niños de la Universidad de Yale, empezó el Programa de Desarrollo Escolar (School Development Program [SDP]) en dos escuelas de la ciudad de New Haven, las cuales tenían la tasa más alta de faltas a clase, problemas de disciplina, calificaciones muy bajas y cuyo personal cambiaba constantemente (Comer, 1986). El punto más importante de este programa es la creencia de que la escuela y familias deben unirse como aliados para fomentar el adelanto en los niños y para prepararlos emocional y moralmente, con dominio del idioma y amplio raciocinio, para triunfar en la vida.

El SDP ha formado grupos de colaboración integrados por los padres y el personal escolar quienes, unidos, establecieron cursos de enseñanza y comportamiento social; emplearon a los padres como asistentes en las aulas/salones de clase y dieron asesoramiento para resolver los problemas emocionales. Después de estar en el programa por 12 años, estas dos escuelas, del último lugar, se colocaron en el tercer lugar, en lo que respecta a logros académicos y número uno en asistencia. Desde entonces, el programa de SDP ha sido introducido en, por lo menos, 50 escuelas del país con todo éxito.

Los siguientes proyectos de participación fueron identificados como dignos de ser imitados:

- **Padres de Recién Nacidos** (New Parents as Teachers Project) (Missouri State Department of Elementary and Secondary Education, P.O. Box 480, Jefferson City, MO 65102 [314] 751-3078): Auspiciado por la Fundación Danforth, este proyecto se basó en dos factores: (1) que durante los tres primeros años del niño, usted puede lograr que éste se encariñe con el estudio; y (2) que el método más barato y efectivo se elabora por medio de las personas que tienen la mayor influencia sobre los niños durante este período de tiempo—sus padres.

- **Día Dedicado a los Padres en la Universidad** (A Parent University Day) (Pat Lamson, Cupertino Union School District, 10301 Vista Drive, Cupertino, CA 95014 [408] 252-3000, ext. 611): Los profesores, consejeros y profesionistas de la localidad, ofrecen una gran variedad de cursos en este evento que se lleva a cabo una vez al año. Las niñas exploradoras (Girl Scouts) de la localidad se ofrecen a cuidar de los niños pequeños en

este día y los comerciantes de la localidad donan dinero para que se contrate a un orador o conferenciante.

- **Proyecto de Autoestima** (Project Self-Esteem) (P.O. Box 480, Newport Beach, CA 92659 [714] 756-2226): Esta es una organización privada en el Condado de Orange que une la participación de padre-escuela con incrementos de autoestima.
- **Proyecto Educativo de Calidad** (Quality Education Project) (QEP, 2111 Turk Street, San Francisco, CA 94115 [415] 921-8673): Por medio de este programa, los padres aleccionados por profesores y administradores capacitados, participan en el hogar, y aprenden a fortalecer la educación que sus hijos reciben en la escuela. De esta forma, se robustece la enseñanza; la lectura se convierte en una actividad familiar y se busca la participación de los comerciantes, la del sector médico y la de las comunidades religiosas para que brinden apoyo a las escuelas de la comunidad.
- **Unidad de Participación Paterna** (Parent Involvement Unit) (California Department of Education, 721 Capitol Mall, P.O. Box 944272, Sacramento, CA 94244-2720 [916] 323-0548): Esta unidad proporciona información sobre los programas de participación que se han establecido en el estado; patrocina también a grupos de estudio para el personal, y publica una lista de los programas de participación de padres que han tenido éxito.

RECOMENDACION 6

Ser comprensivo con los alumnos que son propensos al fracaso.

Pida a los distritos escolares que identifiquen a aquellos estudiantes que puedan tener algún impedimento para aprender o que estén a punto de reprobar, lo más pronto posible.

Respalde y disemine programas que tiendan a aumentar el amor propio, desarrollo del carácter y el éxito académico, especialmente a aquellas personas que estén a punto de reprobar.

Michele Borba, en una presentación, hizo referencia al reporte del Fondo de la Defensa Nacional sobre Personas Que Abandonan los Estudios (National Dropout Defense Fund). Según este reporte, casi un millón de estudiantes abandonan la escuela cada año, más que nada, para evitar el fracaso. Las estadísticas de la nación demuestran el alto precio que la sociedad tiene que pagar por este problema. Por ejemplo, dos años después de haber abandonado la escuela, estas personas representan:

- Tres veces más probabilidades de estar sin empleo en comparación con los graduados.
- Cuatro veces más probabilidades de haber tenido problemas con la policía.
- Si es mujer, comparada con una graduada, nueve veces más probabilidades de estar en el Programa de Asistencia Social (Welfare).
- Si es mujer, soltera o casada, seis veces más probabilidades que haya tenido hijos.

Por lo general, cuando se reconocen con antelación las dificultades que pueden estorbar el proceso de aprendizaje, se toman medidas que aumentan el amor propio y el aprovechamiento escolar del estudiante.

Se debe proceder con cautela para estar sequro que el bajo rendimiento y las suposiciones negativas no resulten de un reconocimiento prematuro. Varios estudios comprueban la relación que existe entre lo que espera el profesor y la autoestima, y el aprovechamiento del estudiante. Los profesores deben darse cuenta del gran poder que ejercen sobre sus estudiantes, y tener mucho cuidado de no marcar o segregar a aquellos estudiantes que necesitan ayuda especial. Los profesores deben recibir la instrucción necesaria sobre los diferentes tipos y formas de aprendizaje de los estudiantes.

De acuerdo a Robert Reasoner, los programas efectivos para tratar este problema, son aquellos diseñados para desarrollar la disposición y entendimientos específicos, y las vivencias que incrementan la autoestima, la toma de decisiones y la fijación de metas. Las medidas tomadas, se presentan en cuatro categorías:

- **El método cognoscitivo** (the cognitive approach) ayuda a los niños a evaluar las disposiciones negativas y emociones que pueden ser las barreras para su progreso personal. (La premisa básica es que las emociones negativas resultan *no* por cosas que han sucedido sino por la creencia y la idea que se tiene de lo que pueda ocurrir.) Los materiales que se usan en clase ayudan a los niños a reemplazar las creencias irracionales y excesivas con métodos más racionales y realistas para hacer frente a la situación.
- **El método basado en el comportamiento** (the behavioral approach) se centra en cambiar el comportamiento o conducta del estudiante. Cuando los niños que no tienen amor propio aprenden a utilizar un comportamiento que inspira respeto, se sienten orgullosos de sí mismos y los demás los tratan de forma diferente.
- **El método basado en experiencias** (the experiential approach) formula y pone en práctica un determinado número de experiencias que facilitan la sensibilidad positiva en los niños, así como la confirmación de dicha sensibilidad por los demás. Es posible que éste sea el método más común y los elementos de esta técnica se encuentran en la mayoría de los programas.
- **El método ambiental** (the environmental approach) estructura el ambiente de aprendizaje a fin de que los estudiantes desarrollen habilidades específicas y aprendan la disposición que contribuye a la autoestima. Bajo condiciones que fomentan la seguridad, la aceptación de sí mismo, la pertenencia o relevancia, el propósito y eficiencia, los niños empiezan a comportarse correctamente y a contar con sus propios recursos para lograr su autoestima.

Los programas actuales que pretenden promover la autoestima, deben ser evaluados y comprobados, y los que han tenido éxito, deben ser duplicados

y, de ser posible, analizados para determinar los aspectos comunes que los han hecho eficaces. Los componentes principales de estos programas, tales como los que se mencionan enseguida, podrán ser usados como guías y normas para el desarrollo de programas en el futuro.

- **El Consejo de Logros** (The Achievement Council) (En Oakland, la Dra. Susana Navarro [415] 839-4647 y en Los Angeles, la Dra. Ruth Johnson [213] 487-3194): Desde su establecimiento en 1985, el Consejo de Logros ha colaborado incansablemente con administradores y profesores de escuelas, cuyo estudiantado se integra de minorías, utilizando una variedad de iniciativas diseñadas para aumentar los logros de los estudiantes. Aun cuando no cuenta con fondos, brinda a las escuelas acceso a los recursos y a la asesoría que necesiten. El personal de varias universidades de California y de las universidades estatales, colaboran con las escuelas por medio de estos programas.
- **Programa para Fomentar la Autoestima** (Building Self-Esteem Program) (Center for Self-Esteem, P.O.Box 1532, Santa Cruz, CA 95060 [408] 426-6850): Este programa incluye material, basado en lo que la investigación ha comprobado, para administradores, profesores y padres. La armazón se sostiene con el desarrollo de cinco actitudes básicas: la percepción de seguridad, la identidad, la pertenencia, el propósito y el valor personal. El material puede usarse desde el jardín de niños (kindergarten) hasta el octavo grado. La sección para los estudiantes de secundaria estará lista en 1990.
- **Desafíos y Preferencias** (Choices and Challenges) (Advocacy Press, P.O. Box 236, Department SI, Santa Barbara, CA 93102 [805] 962-2728): Programa diseñado para ayudar a los adolescentes a adquirir el conocimiento de sí mismos, fijarse metas, aclarar valores, mejorar la toma de decisiones y hacer un estudio de alternativas vocacionales.
- **Proyecto Escolar Modelo para la Autoestima de Culver City** (Culver City Self-Esteem Model School Project) (Dra. Vera Jashni, Culver City Unified School District, 4034 Irving Place, Culver City, CA 90232 [213] 839-4361, ext. 213): Este proyecto, que pone en práctica la guía de asignaturas *La Autoestima en el Salón de Clases (Self-Esteem in the Classroom)*, contiene más de 250 actividades para lograr un alto sentido de autoestima, basándose en la noción que los estudiantes adquieren conceptos positivos de ellos mismos, cuando el cuerpo, la mente y las emociones participan activa y eficazmente. Se les enseña a pensar en forma positiva, a aceptar sus sentimientos, a comunicarse, a formar grupos de apoyo y a fijarse metas.
- **La Dinámica de la Afinidad** (The Dynamics of Relationships) (Equal Partners, 11348 Connecticut Ave., Kensington, MD 20895 [301] 933-1489): Es un curso semestral para adolescentes que contiene información sobre la autoestima, la comunicación, el papel del hombre y la mujer, el afecto, la esperanza, el noviazgo, el matrimonio y el papel de los padres.
- **La Fundación en pro de la Autoestima** (The Foundation for Self-Esteem) (6035 Bristol Parkway, Culver City, CA 90230 [213] 568-1505): Esta

fundación opera con fondos particulares, y ha preparado material de instrucción (K-16) para desarrollar la autoestima y los logros académicos.

- **Es Más Divertido Ser Corredor** (It's Funner to Be a Runner) (Peter P. Saccone, 2427 Nielsen St., El Cajon, CA 92020 [619] 258-9694): Este programa, establecido para los niños de primaria del Distrito Escolar Unido del Valle del Cajón, combina el desarrollo físico con el aprendizaje y el amor propio.
- **Cómo Triunfar Invirtiendo menos de Diez Minutos Diariamente** (How to Be Successful in Less Than Ten Minutes a Day) (Thomas Jefferson Center, 202 S. Lake, Ste. 240, Pasadena, CA 91101 [818] 792-8130): Este programa de diez minutos por día, impartido por todos los profesores, fomenta la responsabilidad social y las actividades que fomenta la autoestima. Entre las responsabilidades, está el ser puntual, estar preparado para la lección y saber escuchar. Las actividades incluyen la fijación de metas, los planes para el futuro, y el reconocimiento de las características de las personas que han triunfado. El programa ofrece también un manual de progreso para ayudar al personal y al estudiantado a concentrarse en la responsabilidad propia.
- **"Pumsy: En Busca de Excelencia"** y **"Cómo Pensar, Cambiar y Reestructurar"** ("Pumsy: In Search of Excellence" and "Thinking, Changing, and Rearranging") por Jill Anderson (Timberline Press, P.O. Box 70071, Eugene, OR 97401 [503] 345-1771): Este material del curso ayuda a los niños a reemplazar los pensamientos faltos de razón con otros más racionales.
- **Aprendiendo a Ser Responsable—Lecciones para Triunfar** (Responsibility Skills—Lessons for Success) (Thomas Jefferson Center, 202 S. Lake, Ste. 240, Pasadena, CA 91101 [818] 792-8130): Escrito por profesores para profesores, este curso de estudios (K–6) ofrece modelos de lecciones para enseñar a los estudiantes a ser responsables; se presenta en cada clase todos los lunes de 15 a 20 minutos y las lecciones forman parte de lo que

©1980 Werner Krutein/PHOTOVAULT

hay que aprender durante el curso de la semana. Entre lo que se tiene que aprender está la forma de fijarse metas, cómo arrojarse, ser diplomático y puntual y tener confianza en sí mismo.

- **Lo Que Espera el Profesor y los Logros del Estudiante** (Teacher Expectations and Student Achievement) (Elsa Brizzi, TESA Program Director, Los Angeles County Education Center, 9300 Imperial Highway, Downey, CA 90242-2890 [213] 922-6167): Es un programa de instrucción para profesores de todas las materias (K–bachillerato), diseñado para que éstos estimulen a los estudiantes a aprender. Estas técnicas benefician a todos los estudiantes y, en especial, a aquéllos a quienes les es difícil sacar buenas calificaciones. El programa despierta la conciencia de los educadores en lo que respecta a su modo de comportarse y lo que ellos esperan del estudiante, afecta su rendimiento y, a veces, su éxito o fracaso. Las técnicas de TESA han sido exitosas para combatir eficazmente las faltas de asistencia, las ausencias injustificadas, la desmoralización, la falta de motivación, los problemas de disciplina, la falta de comunicación y el riesgo de abandonar los estudios.
- **Amigos Especiales** (Special Friends) (Steven R. Carlson, Sanger Unified School District, 1905 7th St., Sanger, CA 93657 [209] 875-6521): Un programa de intervención elemental para el Distrito Escolar Unido de Sanger, que pone énfasis en la detección inmediata de problemas en los primeros años de estudio y la intervención para que los niños que asisten a los grados K–3, se sientan a gusto.

RECOMENDACION 7

Usar las artes para fomentar la autoestima y la responsabilidad social.

Fomente programas de arte que pongan énfasis en la creatividad u originalidad del niño a fin de robustecer la autoestima y la responsabilidad del alumno.

Las artes, en su forma más elemental—ritmo, canto, baile, dibujo y representación teatral—son necesarias para que un niño pueda comunicarse y vivir entre la gente. Cuando las artes forman parte íntegra de los cursos de estudio, el habla/lenguaje familiar y el gran número de actividades creativas se convierten en buenos recursos para aprender, para comunicarse y para establecer la identidad. Para aquellos alumnos que han progresado lentamente, llegando a pensar que su rendimiento es inadecuado, las artes les ofrecen acceso a un sentido de triunfo. Algunos estudiantes encuentran en las artes una forma aceptable, sin intimidación, para reflexionar y comunicar sus problemas de carácter emotivo.

Otro recurso que se desarrolla por medio de las artes, es una imaginación alerta y disciplinada. Para lograr un buen concepto de sí mismo, se necesita tener una mente sana y mucha imaginación. El niño pequeño o el adolescente necesita, primero que nada, saber y conceptualizar lo que puede hacer antes de atreverse a ponerlo en práctica.

Charles Fowler, autor del libro (1989) titulado ¿Podemos Rescatar las Artes para los Niños de Norte América? *(Can We Rescue the Arts for*

America's Childen?) declaró que: "Las artes, bajo cualquier consideración, hablan de nuestras necesidades estéticas y emocionales" y cree que se debe establecer un curso de estudio equilibrado para "lograr varias formas de alfabetización . . . abarcando lo que se conoce como las artes . . . y permitiéndonos reflexionar sobre lo que es el mundo, analizarlo y conservar estas impresiones para compartirlas más adelante."

De igual forma, con las artes estos jóvenes—al compartir sus talentos, levantando el ánimo y divirtiendo a la gente—tienen la oportunidad de brindar un servicio social y de hacerse más responsables.

Algunos de los programas que se presentaron a la atención del personal, y dignos de ser imitados, son:

- **El Callejón de los Actores** (Actors Alley) (P.O. Box 8500, Van Nuys, CA 91409 [818] 990-5543): Este programa patrocina a grupos de teatro que visitan a las escuelas y cuyo propósito es informar a los niños sobre cómo se contagia el SIDA (AIDS).
- **Centro de Desarrollo y Recursos Nacionales de Autoestima** (National Self-Esteem Resource and Development Center—B.E.S.T.) (Crea en usted, ejerza dominio de las cosas, protéjase a sí mismo, confíe en usted—"Programa del Grupo de Amor Propio"—fundado por Judith Feldman, 176 Corte Anita, Greenbrae, CA 94904 [415] 461-3401): Este centro ofrece un programa compuesto de cuatro elementos—las representaciones, el servicio comunitario, las actividades para el desarrollo del carácter y la participación de padres—para niños (entre las edades de seis a once años) tanto en las clases como en sus casas, con miras a mejorar su autoestima, hacer que se hagan más independientes y a que la familia sea más unida.
- **Centro de Recursos Públicos y Sociales para las Artes** (Social and Public Arts Resource Center) (685 Venice Boulevard, Venice, CA 90291 [213] 822-9560): Este programa utiliza la enseñanza visual y los murales exteriores a fin de educar y robustecer moralmente a los jóvenes.

RECOMENDACION 8

Ampliar los servicios de asesoría y los de la asesoría entre semejantes o compañeros de clase. (Es decir, que se aconsejen unos a otros.)

Una forma de aumentar la autoestima en los jóvenes que están en la escuela intermedia y secundaria, es con el desarrollo, respaldo y propagación de programas para instruir a estos estudiantes a fin de que puedan evaluarse entre sí.

Procure que las escuelas proporcionen un número adecuado de consejeros ya sea en la escuela o en lugares seleccionados, con miras a levantar la autoestima de los estudiantes.

Los jóvenes de hoy en día se enfrentan a un número atemorizante de problemas que amenaza estorbar el logro de una buena instrucción; asimismo, amenaza obstaculizar su capacidad para conservarse sanos física y psicológicamente y para desarrollar todo su potencial como ciudadanos útiles a la sociedad. Estos obstáculos incluyen el analfabetismo, el no asociarse con personas a quienes deseen imitar, el no saber cómo evitar un

comportamiento auto-destructivo y la falta de oportunidad para integrarse a un conjunto mayor que el individuo.

Los consejeros en las escuelas desempeñan un papel muy importante en el desarrollo sano de los niños; sin embargo, el porcentaje de estos consejeros es de 1 por 409 estudiantes. Los distritos escolares emplean menos consejeros hoy en día que en 1983.

Los recursos tradicionales, tales como las agencias de servicios sociales, las organizaciones de salud mental, las iglesias y los grupos comunitarios, según los jóvenes, no son accesibles ni eficaces y, a menudo, los jóvenes ni siquieran saben que éstos existen. A medida que los jóvenes pasan de ser niños a adultos, con más frecuencia recurren a sus compañeros en momentos de crisis. Los compañeros representan un recurso enorme que aún se usa poco. Por medio de los programas de la asesoría entre compañeros, a los jóvenes se les puede enseñar lo que necesitan saber y así convertirse ellos mismos en consejeros. Al mismo tiempo, ellos aprenden a resolver las dificultades que se les presenten.

Nancy Tobler, en un estudio llevado a cabo en 1986 de 143 programas de prevención contra la drogadicción de adolescentes, descubrió que para el adolescente promedio, los programas en los que sus compañeros toman parte, son mucho más eficaces que todos los demás programas de asesoría. Entre los problemas que se presentan, están las barreras del lenguaje y de cultura, el vandalismo y la violencia en las escuelas, el programa académico, la tasa o proporción de jóvenes que abandonan los estudios, y aquéllos relacionados con la salud. Estos jóvenes, al superar estos problemas o al ayudar a los demás, se sienten orgullosos y satisfechos de sí mismos.

Frank Riessman (1987) declaró que cuando se usan estos medios de intervención se logran los beneficios a continuación: se individualiza el aprendizaje, se da apoyo moral, se reorganiza la enseñanza, se amplía la orientación en el salon de clase, se fomenta la participación, se incrementa la autoestima y no cuesta demasiado.

Algunos de los programas de asesoramiento presentados al grupo de estudio, son:

- **La Asociación de Asesoramiento, por Compañeros, en California** (California Peer Counseling Association) (9300 East Imperial Highway OPD, Downey, CA 90242 [818] 308-2331): La misión de esta asociación es alentar, promover, apoyar y llevar adelante los proyectos de asesoría por compañeros en California. A la conferencia anual de esta asociación en 1985, asistieron 600 personas; en el año 1989, participaron unas 4,000. La mayoría de sus miembros están en las escuelas públicas, colaboran con el personal y supervisan el trabajo de miles de consejeros adolescentes.
- **La Sociedad para Ayudar a los Compañeros** (Peer Helping Association) (Dra. Barbara Varenhorst, 350 Grove Dr., Portola Valley, CA 94028 [415] 851-8001): La Dra. Varenhorst es la vice-presidenta de la Asociación de Asesoramiento, por Compañeros, en California y ha escrito varios libros sobre la materia. La responsabilidad de esta sociedad es instruir a aquellas personas, que a su vez instruirán a otros. Con este programa, el

número de programas en el estado ha aumentado y ha servido para robustecer el trabajo comunitario de los consejeros.

- **Compañeros Que Ayudan a Compañeros** (Peers Helping Peers) (Dr. Milton Wilson, California Department of Education, 721 Capitol Mall, P.O. Box 944272, Sacramento, CA 94244-2720 [916] 657-3274): Este proyecto, en su segundo año de existencia, aunque pequeño, provee a un número selecto de distritos escolares de fondos estatales para el establecimiento de programas de asesoría por compañeros, así como para los programas de resolución de conflictos, en las escuelas intermedias (junior high) o secundarias. Lo que se pretende con este programa es prevenir la violencia y el vandalismo en los planteles escolares.
- **Programa 'Telesis' de Asesoría por Compañeros** (Telesis Peer Counseling Program) (Larry Burns, 3180 University Ave., Ste. 640, San Diego, CA 92104 [619] 280-1828): Este programa proporciona un entrenamiento completo para los estudiantes de kindergarten (jardín de niños) hasta el doceavo año y enseña la forma de escuchar al compañero, abarcando varias situaciones, desde la ayuda con la tarea, hasta la intervención en casos de crisis.

RECOMENDACION 9

Facilitar el aprendizaje cooperativo o en colaboración.

Anímelos para que usen la enseñanza cooperativa en todas las áreas de instrucción.

La enseñanza cooperativa es un método general de enseñanza que se puede usar con grupos de todas las edades y en cualesquier materias. A menudo, se describe como *enseñanza en equipos* porque los estudiantes trabajan juntos en grupos pequeños. Al hablar de las tareas, al llevar a cabo experimentos, al resolver problemas, al escribir historias e informes, al resolver conflictos y al llegar a un acuerdo, los estudiantes aprenden los mejores métodos de cooperación al mismo tiempo que llegan a conocer a fondo las materias académicas; por otra parte, aprenden a pensar, a interpretar y a razonar.

Nada más importa; ni la mitad . . . Alentarse el uno al otro; responder el uno por el otro . . . Tal vez únicamente tú puedes escucharme y no reír.
—*Ugo Betti*

Aprovechada de los métodos que dieron resultado en la industria, la enseñanza cooperativa, trata de forma original, muchos de los problemas que la educación actual confronta: los salones de clase étnica y académicamente mezclados, el aumento de los estudiantes cuyo idioma se considera minoritario, la motivación pobre y el bajo rendimiento, las actitudes negativas del estudiante hacia la escuela, los maestros y la autoridad en general, dando como resultado la desavenencia y el abandono de los estudios. Al crear una red de apoyo por compañeros en los grupos de enseñanza cooperativa, los estudiantes comienzan a responsabilizarse más por ellos mismos y por los demás. El rendimiento académico aumenta sube y los alumnos desarrollan actitudes más positivas hacia ellos mismos, hacia los demás y hacia la escuela en general.

Los métodos de la enseñanza cooperativa están entre las innovaciones que más se han investigado en la educación. Cientos de estudios sobre los

programas de enseñanza cooperativa nos muestran que hay beneficios académicos, sociales y psicológicos, resultando en el aumento de la autoestima, así como en el sentido de que se ha compartido la responsabilidad.

Algunos ejemplos de programas de enseñanza cooperativa, son:

- **Proyecto para el Desarrollo del Niño en San Ramón** (Child Development Project in San Ramon) (Dra. Marilyn Watson, 111 Deerwood Place, Suite 165, San Ramon, CA 94583 [415] 838-7270): Este proyecto se diseñó para desarrollar el trato social en los niños. Es un proyecto para la escuela primaria que tiene cinco componentes diferentes: el desarrollo de la disciplina, el entendimiento social por medio de la literatura, la enseñanza cooperativa, las actividades de ayuda y el desarrollo de valores sociales.
- **El Proyecto para la Puesta en Práctica de la Enseñanza Cooperativa en Redwood City** (Cooperative Learning Implementation Project in Redwood City) (Carole Cooper, Professional Development Center, c/o Hoover School, Charter at Stambaugh St., Redwood City, CA 94063 [415] 364-8594): Este proyecto ha desarrollado modelos para la enseñanza cooperativa (altos niveles de desarrollo cognoscitivo balanceados con las necesidades personales de los estudiantes y la interacción social); el adiestramiento del personal (dos años de entrenamiento en las aulas observando a los maestros); el entrenamiento (se les pide a estas personas que ayuden a los maestros) y la puesta en práctica (trabajando por un período de dos años en todo el plantel escolar para combinar la enseñanza cooperativa con las diferentes culturas en la escuela).
- **La Asociación para la Cooperación en la Educación de California** (California Association for Cooperation in Education) (Dra. Laurel Robertson, President, Developmental Studies Center, 111 Deerwood Place, Suite 165, San Ramon, CA 94583 [415] 838-7270): Esta es una asociación a nivel estatal y entre sus integrantes se incluyen a maestros, administradores y al personal encargado de formular los cursos de estudio. La organización publica un boletín de noticias, conduce grupos de estudio, coordina la instrucción impartida y establece los procedimientos para el desarrollo de la enseñanza cooperativa.

RECOMENDACION 10

Reducir el tamaño de las clases o la proporción de alumnos a adultos.

Cada consejo escolar local en California debe esforzarse por reducir el tamaño de las clases. Las escuelas, mientras tanto, deben usar métodos que permitan prestar más atención al individuo, a pesar de que las clases sean muy grandes.

El que se tomen en cuenta sus necesidades; el aprender a analizar y el tener tiempo para fomentar una relación personal con los maestros, son aspectos vitales para la autoestima y logros del estudiante. California está en el segundo lugar, en toda la nación, en lo que respecta al tamaño de las clases.

Pese a que no se ha podido encontrar un estudio formal sobre la correlación entre el tamaño de las clases y la autoestima, un reporte reciente sobre el tamaño de las clases y los logros académicos, nos proporciona algunos resultados relativos. De acuerdo a estos investigadores (McLaughlin, Pfeifer, Swanson-Owens y Yee, 1986), "La investigación demuestra que, invariablemente, las clases pequeñas determinan, de forma positiva, la actitud y comportamiento del maestro y el de los alumnos."

Un estudio hecho por Smith y Glass demuestra que ". . . la relación es más fuerte entre clases pequeñas y la actitud del maestro, la moral y satisfacción; la actitud e intereses de los estudiantes y un mayor rendimiento en el salón de clases. Con clases pequeñas, los maestros se sienten mejor y pueden individualizar la instrucción, pueden utilizar una pedagogía variada y asociarse más con los estudiantes."

La aceptación de la Propuesta 98, en 1989, proporcionó un fondo discrecional suplementario que puede ser utilizado para emplear a asistentes en las aulas; para empezar las clases a diferente hora y/o limitar el número de estudiantes en las clases. Los padres y las comunidades deben presionar a las directivas escolares de la localidad para que asignen un presupuesto, a fin de llevar a cabo esta medida importante.

RECOMENDACION 11

Contrarrestar la intolerancia racial y los prejuicios.

Los distritos escolares, con el asesoramiento del Departamento de Educación del Estado, deben establecer programas eficaces para el personal y los estudiantes, a fin de asegurar la igualdad en el trato y la oportunidad para todos.

A pesar de los logros de los últimos 20 años, los prejuicios raciales, la intolerancia y la discriminación continúan en forma desenfrenada en nuestra sociedad. Se han recibido testimonios considerables acerca del daño que estos elementos dañinos aportan a las vidas y a la autoestima de las personas y, en consecuencia, en la habilidad de los estudiantes para aprender.

Al reconocer que ha habido un adelanto significante en el movimiento para lograr la justicia racial, tenemos también que reconocer que la continuación de los conflictos y tensiones raciales constituyen o representan en la actualidad una realidad destructiva en nuestras ciudades y comunidades. Se ha comprobado también que la discriminación racial se ha vuelto más compleja; o sea que ahora encontramos una creciente discriminación entre una gran variedad de grupos étnicos.

También tenemos conocimiento de la discriminación que existe en contra de los ciudadanos homosexuales y las lesbianas, indicándose que esta aversión ha aumentado desde que empezó la crisis del SIDA (AIDS). En 1988, el Movimiento Nacional de Homosexuales y Lesbianas, registró más de 7,000 incidentes violentos contra las lesbianas y los homosexuales, que variaron desde acosamiento, hasta homicidio.

La discriminación contra una persona debido a diferencias notorias, contradice totalmente la creencia fundamental que cada ser humano merece

ser tratado con dignidad y respeto. Mientras la discriminación en contra de cualquier grupo continúe, ningún grupo estará a salvo. Los principios de compasión, cuidado y comprensión deben ser enseñados y practicados como parte de nuestro esfuerzo para estimular la responsabilidad social y personal, así como un desarrollo responsable del comportamiento.

Una de las características que se destacan de la Estructura Historia–Ciencias Sociales adoptada en 1987 por el Departamento de Educación de California, es el énfasis en el estudio de la controversia. Se les pide a los maestros que utilicen el estudio de temas controversiales, tanto históricos como presentes o actuales, para que los estudiantes aprendan que la gente, en una sociedad democrática, tiene el derecho a disentir/no estar de acuerdo; que tienen que tomarse en cuenta diferentes perspectivas y que los juicios deben basarse en evidencias justas y no en prejuicios o sentimientos.

Voy pasándola con una pequeña ayuda de mis amigos . . . haré el esfuerzo con una pequeña ayuda de mis amigos.

—*Los Beatles*

Se recibió información de los siguientes programas, diseñados para contrarrestar la intolerancia racial y los prejuicios:

- **Centro de Ayuda para Abolir la Discriminación** (Desegregation Assistance Center) (Dra. Harriett Doss Willis, SW Regional Laboratory, 4665 Lampson Ave., Los Alamitos, CA 90720 [213] 598-7661): Este programa, subvencionado por el gobierno federal con fondos del Título IV (Title IV), ayuda a los consejos de educación en Arizona, California y Nevada y proporciona información y asistencia con relación a aquellos estudiantes cuyo idioma se considera una minoría, para abolir la segregación racial y tratar las cuestiones de igualdad.
- **El Programa del Círculo Verde** (The Green Circle Program) (Dorothy Dorsay, 777 N. First St., Mezzanine, San Jose, CA 95112 [408] 286-9663): Este programa entre grupos de educación ha sido diseñado para fomentar la autoestima y relaciones positivas entre personas de diferentes etnias. El aspecto original de este programa es su dedicación al establecimiento de una fuerte red de intermediarios que donen sus servicios y que compartan el ideal del respeto, comprensión y cooperación que debe existir entre los grupos étnicos, y que puedan presentar este mensaje tanto a los niños como a los adultos.
- **La Unidad Encargada de las Relaciones entre Grupos Distintos/ Inclusión Cultural** (Intergroup Relations/Cultural Inclusion Unit) (Dra. Minta Brown, California Department of Education, 721 Capitol Mall, P.O. Box 944272, Sacramento, CA 94244-2720 [916] 657-4328): Este grupo ayuda a los distritos escolares a hacer cara a la desegregación, conflictos raciales y al impacto social y emocional de éstos en California debido a la variedad en la población estudiantil.
- **Programa de Instrucción para el Maestro** (Teacher Education Program) (Dra. Cynthia Lawrence-Wallace, Q070 University of California, San Diego, CA 92093 [619] 534-1680): Este programa ofrece grupos de estudio mutuos para estudiar los prejuicios personales y para identificar las acciones personales que pueden tomarse contra el racismo.

Libros de Consulta sobre la Educación, el Reprobar los Cursos de Estudio y la Autoestima

Borba, Michele. *Esteem Builders: A K-8 Self-Esteem Curriculum for Improving Student Achievement, Behavior, and School Effectiveness.* Rolling Hill Estates, Calif.: B. L. Winch & Associates, 1989.

Clark, Reginald M. *Family Life and School Achievement: Why Poor Black Children Succeed or Fail.* Evanston, Ill.: University of Chicago Press, 1983.

Comer, James P. "Parent Participation in the Schools," *Phi Delta Kappan* (Feb., 1986), 442–446.

Covington, Martin V. "Self-Esteem and Failure in School: Analysis and Policy Implications," in *The Social Importance of Self-Esteem.* Berkeley, Calif.: University of California Press, 1989.

Fowler, Charles. *Can We Rescue the Arts for America's Children?* New York: American Council for the Arts, 1989.

Here They Come: Ready or Not. Sacramento: California Department of Education, 1988.

Jones, J. G., and L. Grieneeks. "Measures of Self-Perception as Predictors of Scholastic Achievement," *Journal of Educational Research,* Vol. 63, No. 5 (1970), 201–203.

McLaughlin, Milbrey W., R. Scott Pfeifer, Deborah Swanson-Owens, and Sylvia Yee. "Why Teachers Won't Teach," *Phi Delta Kappan,* Vol. 56 (1986), 420–426.

Moore, R. S., and D. Moore. "When Education Becomes Abuse: A Different Look at the Mental Health of Children," *Journal of School Health,* Vol. 2 (1986), 56, 73–74.

Riessman, Frank. "The New Peer Wave: Why Now?" *Peer Facilitators' Quarterly,* Vol. 5, No. 4 (Sept., 1987), 6.

Tobler, Nancy. "Meta-Analysis of 143 Drug Prevention Programs," *Journal of Drug Issues,* Vol. 16, No. 4 (1986).

Walberg, H. J., "Families as Partners in Educational Productivity," *Phi Delta Kappan,* Vol. 65, No. 6 (Feb., 1984), 397–400.

Abuso del Alcohol y de las Drogas y la Autoestima

El abuso del alcohol y de las drogas, un problema de mucho tiempo en las sociedades occidentales, se ha convertido en una preocupación preeminente en la actualidad. Algunos hechos destacan la urgente necesidad de impulsar de forma eficaz la resolución de este problema (estadísticas tomadas de: Kitano y otros, 1989, e "Indicios de Tendencias de Abuso del Alcohol y de las Drogas" ("Indicators of Alcohol and Drug Abuse Trends"), publicado por los Programas del Departamento del Abuso del Alcohol y de las Drogas).

El Alcohol

- En un estudio llevado a cabo en 1983 se calcula que 18 millones de adultos en el país tienen problemas relacionados con el uso de alcohol y que 10.6 millones de ellos son alcohólicos.
- Las dos terceras partes de la población toman bebidas embriagantes pero, de ese grupo, el 10 por ciento que toma más, bebe la mitad de las bebidas alcohólicas que se consumen en el país.
- En California 2.2 millones de personas (casi el 8 por ciento de la población) tienen problemas con el alcohol.
- En casi la mitad de las muertes por accidentes, suicidios y homicidios, así como en el 42 por ciento de todas las muertes resultantes de accidentes automovilísticos, el alcohol ha sido un factor determinante.
- En 1987, un total de 4,443 incidentes de emergencia fueron combinaciones de alcohol con otras drogas, de acuerdo a los informes de algunos hospitales de Los Angeles, San Francisco y San Diego.

Las Drogas o Estupefacientes

- Aproximadamente 2.1 millones de personas en California usan drogas ilícitas o hacen un mal uso o abuso de los medicamentos.
- En California, hay 222,000 personas que usan drogas inyectadas en las venas aumentando el riesgo de que el SIDA (AIDS) se propague.
- Aproximadamente 3 millones de estadounidenses son adictos a la cocaína.
- El 10 por ciento de las personas que han probado la cocaína por curiosidad se convierten en adictos y consumen el 75 por ciento de la cocaína en los Estados Unidos.
- Tal vez haya unos 450,000 adictos a la cocaína en California, muchos de los cuales fuman la droga, altamente adictiva, que se conoce como "crack."

La Criminalidad

- De cada tres personas arrestadas por algún delito en Los Angeles, casi dos de ellas han usado cocaína. Las personas arrestadas, a menudo han usado

una variedad de drogas, incluyendo las combinaciones con bebidas alcohólicas.

- Un estudio hecho en 1985 demuestra que casi la mitad de las personas que están en la prisión estaban embriagadas por el alcohol al momento de cometer la ofensa criminal por la cual se les ha encarcelado.
- Se calcula que los adictos a la heroína participan en actividades criminales la mitad de los días del año.
- De las personas que han sido arrestadas por haber cometido un delito en las ciudades de Los Angeles y San Diego, se comprobó que tres de cuatro personas habían tomado una droga ilegal, aparte de la marihuana.
- En 1989, por primera vez en la historia de California, los arrestos por delitos cometidos en estado de embriaguez se convirtió en el número más grande de los arrestos criminales, sobrepasando los crímenes por atentados a la propiedad o bienes raíces.

El Costo

- Aquí se trata no sólo del costo en dólares; sin embargo, estos costos son altísimos. El costo anual para los californianos se calcula como sigue:

Por abuso de alcohol	$11.7 billones
Por abuso de drogas	6.0 billones
Total	$17.7 billones

- Con fines comparativos, el presupuesto total para el gobierno del estado de California, es de aproximadamente $50 billones.
- Este costo total, cada año, equivale a $631 dólares por cada hombre, mujer y niño, residentes de California.
- De acuerdo a un estudio hecho en 1985, cada dólar desperdiciado en el alcohol o en las drogas, se debió a:

	Alcohol	*Drogas*
Baja productividad	$ .57	$ .60
Criminalidad y bienestar social	.12	.32
Tratamiento y apoyo	.12	.03
Muertes	.15	.04
Pérdida de empleos	.04	.01

- El costo, a nivel nacional, de la atención médica debido a los accidentes o a las enfermedades relacionadas con el abuso del alcohol, se calculó en $15 billones en el año de 1983.
- En esta cantidad no se incluye el costo social desmesurado de los problemas maritales, la violencia contra los niños y las esposas o el trauma emocional de vivir con un borracho o con un drogadicto.

Cómo Afecta el Abuso del Alcohol o las Drogas a los Niños

Una preocupación adicional de consideración es la manifestación a largo alcance de los niños de drogadictos. Las estadísticas del estado indican que del 5 al 8 por ciento de las mujeres en edad de tener hijos toman alcohol y drogas; del 2 al 3 por ciento son adictas a la cocaína y el 0.5 por ciento son

adictas a la heroína y metadona (Kirst y otros, 1989). Entre las mujeres arrestadas por delitos varios, el número en algunas ciudades resultó ser mayor que entre los hombres.

No es de sorprender que están naciendo niños drogadictos en proporciones nunca vistas. Los reportajes que han aparecido en la prensa indican que hasta un 25 por ciento de los niños que nacen en los hospitales de Los Angeles y el área de la bahía, son adictos al crack; en Sacramento, el 25 por ciento de los niños que son admitidos a las salas de cuidado intensivo, son producto de la drogadicción ("Agenda del Niño 1989-90," Concilio Defensor del Niño Maltratado de Sacramento, 1989 ["Children's Agenda 1989-90," Child Abuse Council of Sacramento, 1989]).

Si las mujeres embarazadas toman cocaína, esto dará por resultado que el niño pese muy poco; que nazca prematuramente o que lo aborte y que se retrase su desarrollo antes de nacer. Estos niños, con frecuencia, tienen temblores, rigidez muscular, respiración acelerada, irritabilidad, intranquilidad y muy poco control de su persona. No se han hecho estudios sobre los efectos que la cocaína o el crack puedan tener en los niños con el tiempo; sin embargo, la mayoría de los profesionistas calculan que los efectos tales como el retardamiento mental, la dificultad para relacionarse, la hiperactividad y una baja capacidad para aprender, podrían ser causados por dichos estupefacientes (Concilio Defensor del Niño Maltratado de Sacramento, 1989).

. . . nuestros propios impulsos de la voluntad pueden convertirse en una rica fuente para la renovación y el poder de la imaginación.

—Sheldon Kopp

Los niños pequeños, expuestos al alcohol y a otras drogas, pueden sufrir un daño neurológico permanente, el retraso en el desarrollo y el habla, la falta de desarrollo en los movimientos motores, la incapacidad para disfrutar las actividades diarias de la niñez, así como la dificultad para establecer relaciones interpersonales.

Las personas que trabajan en las guarderías de la ciudad señalan que hay un número creciente de niños que no se pueden dar a entender y que no pueden estarse quietos o jugar con otros niños (Kirst y otros, 1989).

En lo que queda de este siglo y los primeros veinticinco años del siglo que viene, será necesario hacer cambios importantes en la educación, en el bienestar social, en el sistema judicial y en los hospitales, a medida que los niños, hijos de drogadictos, vayan creciendo.

Cuando los niños crecen donde hay borrachos o drogadictos, dichos niños experimentan traumas que les durarán toda la vida. Entre varias razones, el crecimiento de los programas de los Alcohólicos Anónimos se debe a la formación de la división 'Hijos Adultos de Alcohólicos', que es una extensión de los Doce Pasos para ayudar a aquéllos que crecen entre personas alcohólicas. Un estudio llevado a cabo en los años 70 demuestra que los niños que crecen en hogares de alcohólicos, tienen una autoestima considerablemente baja en contraste con aquellos niños que crecieron en un hogar donde no había alcohólicos. Los niños que vienen de hogares de alcohólicos manifiestan una dependencia excesiva, una inseguridad emocional, sentimientos de aislamiento o separación, así como un sentido de culpabilidad; por otra parte, les es muy difícil expresar lo que sienten (Black, 1979).

Los estudios recientes indican que algunas (o tal vez muchas) personas tienen una susceptibilidad biológica ante la depresión, incluyendo un sentimiento abrumador de falta de amor propio que algunas veces puede orillarlos al suicidio. Otros estudios tienen como fin documentar la susceptibilidad de algunas personas ante el alcohol o las drogas, por razones biológicas y genéticas. Aunque este trabajo sea muy reciente para que se llegue a una conclusión, las dos vertientes de la investigación pueden estar relacionadas, ya que afectan las mismas zonas del cerebro. Además, algunos de los nuevos antidepresivos han ayudado a combatir la adicción (Restak, 1988).

Si nos fijamos en las imágenes que los medios de comunicación proyectan, nos damos cuenta que nuestra cultura ha estimulado el uso de las drogas y del alcohol. En las décadas pasadas, las películas daban a entender que el usar drogas era una diversión que estaba de moda; esta opinión ha cambiado a medida que las consecuencias de la adicción se han hecho del conocimiento del público. Si estudiamos la historia de nuestro país, vemos que la publicidad ha vendido, con éxito, los medicamentos patentados como curas para remediar un gran número de enfermedades. La introducción de la cocaína y el opio, con la correspondiente adicción en los Estados Unidos, resultó de la extensa promoción que se hizo de estas drogas. En la actualidad, el alcohol se difunde en los medios publicitarios para incitar a la juventud a probarlo.

La Autoestima y el Abuso de las Drogas

. . . El sentido de autonomía (del niño) es un reflejo de la dignidad de los padres como seres autónomos.

—*Erik Erikson*

Más aun que la investigación de los eslabones que unen los problemas sociales con la autoestima, los estudios del abuso de estupefacientes, están llenos de imperfecciones por las definiciones, incorrectas e inconsistentes, de la autoestima. Lo que hace que este problema, por su naturaleza, sea difícil de medir, es que el abuso de los estupefacientes se lleva a cabo en secreto. Los alcohólicos, igualmente, hacen todo lo posible por ocultar que consumen el alcohol, por lo que la investigación se hace difícil.

Muchos de los estudios demuestran, aunque en forma indirecta, los vínculos que hay entre la autoestima y la toma de substancias nocivas. En otros no se logra establecer ninguna conexión y aun otros afirman que el aumento en la autoestima se ha logrado con la ingestión de estupefacientes. Pueden verse claramente los inconvenientes que obstaculizan la medida exacta de la autoestima: es muy posible que aquellas personas que toman demasiado o toman drogas "para sentirse bien" consigan superficial y temporalmente inflar la percepción que tienen de sí mismos, agravando así la situación. Los investigadores Skager y Kerst (1989), indicaron:

> *Echarle aire a una llanta pinchada es una analogía inapropiada para el restablecimiento de una adicción ya que se ha desarrollado una capacidad interna para generar la autoestima. La recuperación no es producto de la magia; requiere que se trabaje con intensidad a fin de lograr un desarrollo personal de consideración.*

La investigación, sin embargo, documenta firmemente la conexión entre el abuso de drogas y el concepto de sí mismo, una noción más amplia que

incluye la autoestima (la experiencia de saber lo que valemos) (Skager y otros, 1989). La psicología, en teoría, indica que si no se obtiene un alto concepto de uno mismo ya sea cuando se es muy pequeño o en interacciones posteriores con sus padres, esto puede crear una condición propicia para el uso de drogas o del alcohol.

> *El uso del alcohol o de las drogas adictivas puede ser visto como un intento que se hace para recrear un estado mental primitivo en donde el crecimiento que quedó detenido puede recomenzar. La adicción, claro está, es una solución equivocada. (Skager y otros, 1989)*

Estos mismos autores indican que "no hay duda que la autoestima es un factor dominante en la conciencia de los seres humanos . . . y se aplica, igualmente, al alcohólico." (Skager y otros, 1989) La sociedad de Alcohólicos Anónimos describe el estado mental del alcohólico como "una desmoralización incomprensible y digna de lástima." Para el alcohólico, el caer hasta el fondo es un estado negativo de amor propio; es un vacío en donde la denigración toma el lugar de la autoestima.

Algunas de las investigaciones confirman la conexión que existe entre la autoestima y el uso de las drogas; sin embargo, no puede distinguir ni causa ni efecto. ¿Es la adicción lo que ha ocasionado que se tenga una baja estima o viceversa? Por lo menos en un amplio estudio, hecho por Steffenhagen y Burns (1987), se señala que un bajo nivel de amor propio es la causa y no el resultado de un comportamiento descarriado. "En otras palabras, los alcohólicos y drogadictos se portan así porque tienen muy poco amor propio; no adquieren una baja autoestima como resultado de un comportamiento reprochable. (Kitano, 1989)

La Recuperación de la Drogadicción: La Reconstrucción o Reedificación de la Autoestima

En las últimas dos décadas, la explicación psicológica más difundida sobre la drogadicción es la que nos dice que la baja autoestima, el bajo concepto de sí mismo, es la causa primordial de dicha drogadicción, por lo que la recuperación del amor propio se considera, unánimemente, el factor que podrá allanar el problema.

La recuperación, negación o rechazo y recaída o reincidencia están más allá del campo o esfera de acción de este estudio; sin embargo, algunos aspectos merecen ser mencionados.

Es evidente que para lograr una recuperación total se requiere una reestructuración fundamental de la estructura de la personalidad.

> *La autoestima no está sujeta a una solución rápida que es lo que, a menudo, se supone cuando se brindan programas a los jóvenes para evitar este mal. La intensificación de la autoestima requiere el desarrollo de un firme concepto positivo o identidad. En el caso de los alcohólicos y otros adictos, este proceso requiere se haga una variedad de cambios en la organización de la personalidad y en el correspondiente sistema de valores (Skager y otros, 1989).*

Uno de los estudios observó a un grupo de drogadictos que se "curaron" sin ningún tratamiento formal. Deducimos de este suceso que "para

cambiar la vida que llevan . . . los adictos deben forjarse nuevas identidades, nuevas perspectivas y pasar al mundo social mientras que la identidad de adicto se va eliminando o depreciando lentamente." (Biernacki, 1986)

Las relaciónes entre abuso de substancias dañinas y la responsabilidad, son muy complejas. De acuerdo con las teorías psicológicas, las personas que sufren de una baja autoestima, están conscientes de que hay un abismo que los separa del yo ideal (lo que ellos piensan que quisieran ser) y lo que son (lo que ellos creen que son). Cuando la distancia es muy grande, ellos sufren enormes dudas y se odian a sí mismos. Un estudio hecho por MacAndrew (1979), señala que la borrachera permite al alcohólico que se libere de la preocupación del comportamiento que debiera tener si estuviera en su juicio y, al mismo tiempo, expresar sus resentimientos con franqueza.

El aspecto social de la autoestima es importante porque nos lleva a comprender el vínculo que existe entre el abuso de substancias nocivas y la recuperación.

> *Si a los niños se les acepta, aprueba y respeta por lo que son, lo más probable es que adquieran una actitud de aceptación de sí mismos y el amor propio. Sin embargo, si las personas importantes en su vida los rebajan, acusan y rechazan, lo más probable es que estos niños desarrollen un concepto desfavorable de sí mismos. Para resumir, la investigación socio-psicológica refuerza el hecho de que tenemos en nuestras manos las llaves para estimular el concepto del yo y de la identidad de nosotros mismos. (Kitano, 1989)*

Es decir que somos responsables en forma individual o colectiva de nuestro trato con los demás, con los niños en particular, y de las consecuencias de nuestros actos.

Las normas de un grupo afectan considerablemente el grado de abuso del alcohol y de las drogas así como el "amor propio" de sus miembros. Las tasas de alcohólicos y drogadictos varían muchísimo entre los varios grupos étnicos y culturales y uno de los factores que pensamos influye en esta variación es la actitud del grupo hacia el alcohol y las drogas. Un estudio hecho en 1980 por Pérez entre la juventud mexicoestadounidense en el este de Los Angeles indica que el consumo tenía que ver no sólo con los factores socio-demográficos y culturales sino también con los del amor propio."

La relación entre las actitudes culturales, el abuso de substancias nocivas y la autoestima es demasiado complicada y difícil de entender. Es posible que haya más factores, aparte de los valores morales, que influyan directamente en el uso del alcohol. Por ejemplo, lo que los padres, de acuerdo a sus valores culturales, enseñan a los hijos puede fomentar la autoestima, dando por resultado una tasa baja de consumo de substancias nocivas.

Por último, algunos investigadores especulan que el racismo y animosidad entre grandes grupos culturales puede afectar la autoestima de los integrantes del grupo y tal vez hasta contribuir a los problemas del

abuso de substancias nocivas. La falta de amor propio puede aquejar a cualquier individuo de cualquier etnia o minoría cultural que está sujeta a estereotipos negativos, y, como tal, dicho individuo es víctima de la desigualdad en el campo político, en el económico y en el social.

Resumen del Abuso de las Drogas y del Alcohol y la Autoestima

Una vez cambiado el concepto de sí mismo, también cambia el comportamiento para igualar el yo recién adquirido.

—*Carl Rogers*

El abuso del alcohol y la drogadicción resultan de varios factores. No hay una sóla causa para que esto ocurra. La autoestima es una parte importante del concepto de sí mismo. Si se tiene un concepto pobre, esto a menudo conduce a la adicción. En consecuencia, la recuperación de la adicción al reconstruir nuestra propia identidad requiere un crecimiento genuino y verdadero del amor propio.

Lo que queremos decir es que si se intenta, superficialmente, de aumentar la autoestima incluyendo tácticas que mejoren el rendimiento específico de alguna habilidad, esto no basta para combatir o prevenir el abuso del alcohol y de otras drogas. El Profesor Skager resumió esto en una carta que mandó al grupo de estudio:

> *La prevención y tratamiento del abuso de alcohol y de las drogas debe poner énfasis en el desarollo de un alto concepto de sí mismo . . . con esto, se puede mantener la autoestima o amor propio a través de los problemas normales y desarrollar actitudes paralelas relacionadas con el valor personal, eligiendo una vida libre de estupefacientes.*

Las personas hacen sus propias decisiones, afectando tanto su bienestar como el de la comunidad. A pesar de las causas o fuerzas que contribuyen a tomar substancias nocivas, la decisión de tomar o ingerir sustancias nocivas es la decisión de un individuo así como lo es la decisión de éste para buscar un tratamiento para dejar de hacerlo. La responsabilidad tanto social como personal tiene como base la autoestima. Además, nuestros valores culturales afectan nuestra autoestima, de modo que los padres den buenos ejemplos a sus hijos, desarrollando, de ese modo, una actitud sana ante el uso del alcohol o de las drogas.

©1983 Wernher Krutein/PHOTOVAULT

Recomendaciones Claves sobre el Abuso del Alcohol y de las Drogas y la Autoestima

1. Los gobiernos de la localidad deben crear consejos comunitarios dedicados a la prevención del uso de estupefacientes, así como para vigilar los esfuerzos preventivos en la comunidad y, simultáneamente, fomentar la autoestima y la responsabilidad personal y social.
2. Propagar y apoyar los programas que hayan tenido éxito en el tratamiento de la drogadicción.

Recomendaciones Abreviadas sobre el Abuso del Alcohol y de las Drogas y la Autoestima

1. Crear consejos de prevención en cada comunidad.
2. Propagar los programas de tratamiento.
3. Formular métodos preventivos de orientación cultural.
4. Educar a los padres de familia.
5. Propagar los programas de prevención en las escuelas.
6. Invitar a los medios de comunicación a participar activamente también.

Recomendaciones, Pláticas y Ejemplos de Programas para Combatir el Abuso del Alcohol y de las Drogas y la Autoestima

RECOMENDACION 1

Crear consejos de prevención en cada comunidad.

Los gobiernos de la localidad deben crear consejos comunitarios dedicados a la prevención del uso de estupefacientes, así como para vigilar los esfuerzos preventivos en la comunidad y, simultáneamente, fomentar la autoestima y la responsabilidad personal y social.

Los consejos de prevención colaboran con las agencias gubernamentales, las escuelas, las empresas y los miembros de la comunidad para formular la política a seguir y encontrar alternativas para combatir el alcoholismo y la drogadicción. En estos consejos se fomenta la autoestima en la comunidad al alentar a sus integrantes a tomar decisiones importantes que pueden cambiar su vida. Con este propósito se usan recursos importantes existentes y futuros, se crean centros de información y se centra la atención en las necesidades que tienen las minorías y otros grupos abandonados. Entre otras funciones que se sugieren para estos consejos está la planeación y coordinación de actividades de prevención, el establecimiento de programas innovativos, el desarrollo de fuentes económicas estables y la diseminación de información actualizada. Las instituciones del sector privado, incluyendo aquéllas que tienen algo que ver con los productos derivados del alcohol, deben participar y aportar dinero para el funcionamiento de estos programas.

- **La Noche del Viernes—en Vivo** (Friday Night Live) (FNL) (111 Capitol Mall, Room 223, Sacramento, CA 95814 [916] 445-7456): Este es un programa destinado a los estudiantes cuyo propósito es ayudar a los adolescentes a combatir la incitación al uso del alcohol o de las drogas. FNL colabora con la comunidad en general y no usa el sistema de regaño sino que ayuda a los estudiantes a que se comuniquen entre sí e influencien a los otros estudiantes. Bajo la tutela y dirección de FNL, miles de adolescentes, de todas las clases sociales y grupos étnicos, se están dando cuenta que pueden influenciar a sus compañeros, a las comunidades y a la sociedad, por medio de capítulos y actividades divertidas y sanas.
- **Campaña para Establecer una Comunidad Más Sana para los Niños** (Campaign for a Healthier Community for Children) (1000 Sir Francis Drake Blvd., Room 10, San Anselmo, CA 94960 [415] 456-7693): Lo que se pretende con este programa es ayudar a la gente a transformar su mundo. El principio a seguir es el de fomentar la amistad entre la gente y el mundo que los rodea. Las metas de esta campaña son:

1. Facilitar la creación de un círculo de amistades entre vecinos y amigos, siguiendo un patrón universal, o sea que incluye a varias generaciones.
2. Exhortar a los adultos a aceptar más responsabilidad de los niños de su comunidad.
3. Apoyar a los padres de familia.
4. Permitir que los ancianos vuelvan a formar parte de la comunidad.
5. Reestablecer los papeles importantes que los niños y adolescentes representan en el desarrollo de la comunidad.

La campaña establece consejos en los que los voluntarios de todas las edades llevan a cabo sus proyectos y actividades, a fin de alcanzar estas metas en la comunidad.

- **El Programa de Doce Pasos** (Twelve Step programs): Programa de Doce Pasos (siguiendo el modelo usado por la asociación de Alcohólicos Anónimos) representa la espina dorsal del tratamiento terapéutico eficaz, así como el movimiento social basado en ayudarse a sí mismo. Este programa está integrado por los cuatro factores de un ambiente positivo: el sentido de que se forma parte de un todo, el sentido de que se es importante, de estimarse a sí mismo y saberse estimado y la valorización del trabajo. En estos programas se les enseña la aceptación de sí mismos, la espiritualidad, la responsabilidad personal y el apoyo de grupo sin hacer juicios sobre las personas.

RECOMENDACION 2

Extender programas de tratamiento.

Extender y apoyar los programas que hayan tenido éxito en el tratamiento de la drogadicción.

Tanto las personas que desarrollan los programas de la localidad como las que los hacen accesibles tienen la ventaja de entender los problemas específicos de su comunidad, las necesidades, costumbres y normas. Son éstos, por lo tanto, quienes deben establecer contacto con el sector de la población, difícil de alcanzar, que sufre del alcoholismo y de la drogadicción. Además de centros de la localidad, existe un gran número de organizaciones privadas y filantrópicas, hospitales y clínicas que han incorporado en sus programas de tratamiento la intensificación de la autoestima. Para algunos de los grupos, incluyendo a los adolescentes, para algunas minorías y para las mujeres, hay aún una falta de programas.

- **La Fundación de la Calle Delancey** (Delancey Street Foundation) (2563 Divisadero St., San Francisco, CA 94115 [415] 563-5326): Este es un centro de tratamiento residencial de ayuda propia para los adictos en vías de recuperación, los alcohólicos, los ex-convictos y las ex-prostitutas; su propósito es ayudar a las personas a que se den cuenta de sus puntos fuertes, cómo mejorar sus puntos débiles y, en general, intensificar la autoestima. Este programa ha sido diseñado para poner un alto al crimen y al abuso de las drogas y del alcohol. Igualmente, enseña a las personas los valores y habilidades que necesitan para, de una manera lícita y con buenos resultados, incorporarse a la sociedad.

A los residentes se les dan clases particulares a fin de que reciban el equivalente del certificado de estudios secundarios. Los estudios más avanzados (por ejemplo, las artes, bienes raíces, técnicas médicas y científicas) están también a su disposición. Los residentes deben recibir entrenamiento vocacional en por lo menos tres áreas en las diez escuelas de entrenamiento. Deben, igualmente, asistir diariamente a seminarios y a grupos de terapia. Participan en una variedad de proyectos de servicio a la comunidad, en los que están incluídos: ayuda a las personas mayores de edad e inválidos, programas para la prevención de crímenes con la ayuda de la policía y comerciantes de la localidad y la prevención de la drogadicción en los jóvenes. El programa pone énfasis en la disciplina, en la honestidad y la dignidad, y en el respeto propio derivado del trabajo sano, así como en servir a otros.

- **La Supersalud 3HO** (3HO SuperHealth) (2545 N. Woodland Rd., Tucson, AZ 85749 [602] 749-0404): Esta es una organización privada acreditada por la Comisión Mixta para la acreditación de Hospitales de la Asociación Médica Americana y es un programa de prevención y rehabilitación a fin de enseñarles a las personas un acercamiento natural al comportamiento relacionado con la salud. El 3HO ofrece una introducción comprensiva al tratamiento (alcoholismo y dependencia a las substancias químicas, co-dependencia, cómo superar la tensión, cómo dejar de fumar, cómo adelgadar y cómo estar en buenas condiciones físicas) utilizando la vitalidad física, la estabilidad mental y la salud espiritual basadas éstas, en parte, en las enseñanzas del yoga Kundalini y la meditación. El individuo aprende que hay varias maneras de vivir la vida, plena de salud y estabilidad. El personal de estos programas se encarga de formular los programas que las personas deberán seguir una vez que el entrenamiento haya terminado.

RECOMENDACION 3

Formular métodos preventivos de orientación cultural.

Formular, apoyar y propagar los métodos de prevención, teniendo en cuenta a las diferentes culturas, en contra de las drogas y el alcohol, atentos a las necesidades étnicas y culturales de los diferentes grupos.

Para que un programa tenga éxito, el programa de prevención debe estar centrado en la estructura familiar del grupo que se tiene en mente, sus sistemas de valores, el desarrollo de la comunidad y la historia de la misma. Es importante que estos programas tomen en cuenta varios factores como la pobreza, el desposeimiento social y las condiciones ambientales. En la planeación del programa se deben incluir a miembros de la comunidad con la cual se va a trabajar. El material que se enseñe debe estar de acuerdo con el lenguaje, manera de ser y costumbres de la comunidad. El historial de la comunidad—las personas que se han ido a otra parte, las que se han venido a vivir en ella, las renovaciones urbanas y las nuevas industrias—influirá en el grado de receptividad de las medidas a incorporarse, por la población local. Cada comunidad, sin embargo, debe aceptar la responsabilidad que le corresponde.

- **Centro de Salud Mental de la Comunidad Didi Hirsch** (Didi Hirsch Community Mental Health Center) (Dra. Ann Lodwig Brand, 4760 S. Sepulveda Blvd., Culver City, CA 90230 [213] 390-6612): Este proyecto del Condado de Los Angeles trata de reducir la disponibilidad de alcohol para la juventud negra e hispana en el área de Venice/Oakwood. El proyecto reúne a adolescentes, a adultos, al personal escolar, a los negocios y a otras personas importantes de la comunidad, a fin de establecer un plan de acción comunitario y formar la Coalición para la Prevención del Alcohol.
- **Instituto de Recursos Internacionales para los Niños** (International Child Resource Institute) (Kenneth Jaffe, 1810 Hopkins St., Berkeley, CA 94707, [415] 644-1000): Este proyecto del Condado de Alameda desarrollará, pondrá a prueba y distribuirá un programa primario de prevención con miras a prevenir los problemas relacionados con el alcohol entre la juventud hispana de California. El programa pondrá énfasis en la autoestima y el desarrollo personal tanto de niños de edad preescolar como de los que ya van a clase, pero aún pasan el tiempo libre en guarderías hasta que los recogen sus padres.
- **El Programa de Salud para los Indios de Tule River** (Tule River Indian Health Program) (Nancy McDarmet, P.O. Box 589, Porterville, CA 93258 [209] 781-4271): Este proyecto del Condado de Tulare está dirigido a las mujeres y adolescentes indígenas americanos para brindarles apoyo, educación y entrenamiento para dejar el alcoholismo. Las personas que participan se convierten en miembros permanentes que, voluntariamente, brindan sus conocimientos a otros miembros de la familia o a amistades dentro de la comunidad en que viven.
- **Programa *North of Market* para Personas Mayores Alcohólicas** (North of Market Senior Women's Alcohol Program) (Vera Haile, 333 Turk St., San Francisco, CA 94102 [415] 885-2274): El propósito de este proyecto del Condado de San Francisco es ayudar a las mujeres alcohólicas de más edad del área *North of Market* procurándoles actividades recreativas y un grupo de apoyo; asimismo, se solicita la participación de la mujer en el tratamiento de aquellas mujeres de bajos ingresos que viven solas, sin familia.
- **Centro de Mujeres de *Mother Lode* —Proyecto de Oportunidad** (Project Opportunity, Mother Lode Women's Center) (P.O. Box 633, Sonora, CA 95370 [209] 532-4746): En respuesta al problema creciente de dependencia de las drogas entre el sector femenino y creyendo que algunas de estas mujeres adquieren esta dependencia con más frecuencia que los hombres debido a que su vida está llena de tensiones, este programa procura edificar la autoestima durante estos períodos de crisis.

RECOMENDACION 4

Educar a los padres de familia.

Educar a los padres de familia sobre los peligros de la drogadicción e incitar a que acepten una responsabilidad personal para prevenir la drogadicción entre los miembros de su familia.

La familia es la unidad más importante para transmitir valores, costumbres y actitudes. Para prevenir que los niños se involucren en el mundo de las drogas, los padres de familia deben aprender todo lo posible a su respecto. Necesitan, igualmente, saber cómo corregir sus propios problemas con las drogas. Los padres deben de familiarizarse y recibir la instruccion necesaria con respecto a los efectos de las drogas, las señales para detectar el uso de ellas, la responsabilidad de los padres, las técnicas de comunicación, los métodos para el mejor uso de sus facultades y cómo ser un buen padre/madre. Deben establecerse centros de apoyo para los padres y centros donde no se permita el uso de las drogas, y debe hacerse todo lo posible para que esta información llegue a los oídos de la población que está en peligro de caer en las garras de las drogas.

- **Métodos que Pueden Utilizar los Padres para Prevenir la Drogadicción** (Parenting Strategies for Drug Abuse Prevention) (Kerby Alvey, Ph.D., Center for the Improvement of Child Caring, 11331 Ventura Blvd., Suite 103, Studio City, CA 91406 [818] 980-0903): Este programa proporciona sesiones de instrucción para los instructores (TOT), utilizando dos versiones que han dado resultado, para padres de familias de dos diferentes culturas: los negros y los hispanos. Estas sesiones se llevan a cabo por peritos o expertos en la drogadicción.
- **Programa Que Fomenta la Confianza/Firmeza en los Padres** (The Confident Parenting Program) (Michelle Mickiewicz, 300 N. San Antonio Rd., Santa Barbara, CA 93110 [805] 681-5440): La Oficina del Condado de Santa Barbara contra la Drogadicción auspicia este programa, el cual ha sido diseñado para proporcionar a los padres el apoyo y conocimientos que les permitirán desarrollar una relación fuerte y comprensiva con sus hijos. Los estudios que se han hecho demuestran que aquellos miembros de familias que cuentan con el apoyo de sus familiares tienen menos probabilidad de tener problemas serios o prolongados con las drogas.

RECOMENDACION 5

Propagar los programas de prevención en las escuelas.

Apoye e intensifique los programas de prevención en las escuelas con miras a reducir la drogadicción, para levantar la autoestima y para lograr un desarrollo sano del carácter.

Aun cuando el abuso de las substancias nocivas tiene mucho que ver con la disponibilidad de estas drogas, sólo la disminución de la demanda nos protegerá de las consecuencias de la drogadicción.

Cuando se tiene un alto concepto de sí mismo, optando por los métodos comprobados y duraderos, no hay gran necesidad de acudir a la intervención de la ley. El aumento de la autoestima, el carácter y las aptitudes en nuestros niños desempeñan un papel clave en la reducción de la demanda.

La familia es la esfera primaria de influencia pero la escuela representa un agente de socialización muy importante. El contacto que tienen con los niños desde kindergarten hasta el duodécimo año proporciona a las

escuelas la oportunidad única de enseñarles las maneras de prevenir la drogadicción.

Las clases que se dan en las escuelas deben seguir una secuencia conforme a la edad y a la experiencia de los estudiantes. El enfatizar el desarrollo del carácter y la responsabilidad, el adoptar cambios en el comportamiento y elegir formas sanas de llevar la vida así como aprender a controlarse uno mismo, deben formar parte de un programa de educación completo.

El programa educativo, así como los materiales son importantes; sin embargo, el papel que desempeña el maestro y el personal escolar, es vital. El entrenamiento inicial debe impartirse a todo el personal escolar. Una instrucción más especializada en los salones de clase se impartirá a menudo, a fin de que los maestros se mantengan informados y actualizados.

Una parte del curso de estudios debe ser un examen de "factores de riesgo." Algunos de nuestros niños entran a la escuela con el riesgo de reprobar tanto académica como socialmente.

Estos niños frecuentemente son los hijos de borrachos y drogadictos, niños de familias de extrema pobreza que necesitan nuestra atención inmediata. A menudo, las señales se ignoran y, con el tiempo, es el sistema judicial el que presta atención a estos niños, cuando ya es demasiado tarde.

Los programas de estudio para estos adolescentes deben incluir a los padres y familiares de los niños. Esto puede ser difícil, pero puede lograrse en la comunidad y, de hecho, algunas de ellas lo están llevando a cabo.

- **Educación sobre el Comportamiento y la Responsabilidad Personal** (Character and Personal Responsibility Education) (Thomas Jefferson Center, 202 S. Lake Ave., Suite 240, Pasadena, CA 91101 [818] 792-8130): Este programa proporciona carteles para los salones de clase y cursos de estudio que están diseñados para enseñar ciertas habilidades como la toma de decisiones, la fijación de metas y el aceptar la responsabilidad de nuestro comportamiento. Lo que se trata de hacer notar es que la prevención primaria contra el alcohol y las drogas se basa en la aceptación de la responsabilidad social y personal como los cimientos de una autoestima bien desarrollada.
- **Educación para Rechazar la Drogadicción (DARE)** (DARE: Drug Abuse Resistance Education) (3353 San Fernando Rd., Los Angeles, CA 90028 [213] 485-4856): Creado por el Departamento de Policía de Los Angeles en cooperación con el Distrito Escolar Unido de Los Angeles, este programa brinda a los estudiantes de quinto y sexto año los métodos para rechazar la influencia por parte de los compañeros para probar el alcohol o las drogas. El programa de estudio se centra en técnicas para rechazar la influencia ejercida por los compañeros, cómo controlarse uno mismo, cómo mejorar el concepto que se tiene de sí mismo, y la toma de decisiones respecto a la ley y a la seguridad personal. Además de haber aprendido métodos comprobados para afrontar las situaciones relacionadas con las drogas, el 50 por ciento de los estudiantes de DARE obtuvo mejores calificaciones; en una tercera parte del grupo, el

promedio subió medio punto y en el 12 por ciento un punto completo y hasta más.

- **Nos Vemos en el Año 2000** (Here's Looking at You 2000) (Comprehensive Health Education Foundation, 22323 Pacific Highway South, Seattle, WA 98198 [206] 824-2907): Este programa, diseñado para prevenir el abuso del alcohol y de las drogas por medio de la educación y el aumento de la autoestima, incluye una extensa información sobre los efectos negativos de las drogas, así como varias lecciones para robustecer la autoestima.
- **Educación Relacionada con el Abuso de Substancias Nocivas y Narcóticos (SANE)** (SANE: Substance Abuse Narcotics Education) (11515 S. Colima Rd., Bldg. D-111, Whittier, CA 90604 [213] 946-SANE): Este programa, auspiciado por los representantes de la ley, fue establecido por el Departamento de Alguaciles (Sheriff) de Los Angeles con la participación de 50 distritos escolares; trata la demanda de las drogras a la vez que les enseña a los estudiantes los pasos para desarrollar el amor propio y la habilidad para tomar decisiones (incluyendo el aceptar la responsabilidad de nuestras decisiones), enseña cómo librarse de la mala influencia de los compañeros, y proporcionan información general sobre los efectos de las drogas tanto en el cuerpo como en la mente. Los representantes de la ley y los maestros colaboran activamente para desarrollar y presentar un programa de estudio. La policía, igualmente, trabaja con los padres de familia, las iglesias y los grupos de la comunidad. El programa está diseñado para los estudiantes de cuarto, quinto y sexto año y se piensa ampliarlo para incluir a grupos más jóvenes y a los adolescentes. El SANE recién inició un programa nuevo para estudios secundarios que se titula "Las Drogas, el Embarazo y Usted" cuyo propósito es enseñar a los alumnos lo que le sucede al feto si la madre toma alcohol o drogas durante el embarazo.

RECOMENDACION 6

Invitar a los medios de comunicación a participar activamente también.

Invite a los diferentes medios de comunicación comerciales para que también ellos asuman y desarrollen una responsabilidad social y presenten información al pueblo estadounidense poniendo énfasis en los valores morales, en especial, aquéllos que están relacionados con el uso del alcohol o de las drogas.

Los medios de comunicación afectan de forma contundente nuestra vida personal y nuestro amor propio. Son estos medios los que escogen los datos e imágenes que forman el entendimiento del mundo, sus grupos, la manera de vivir y las ocupaciones. Estas selecciones pueden ser informativas; sin embargo, la necesidad de simplificar la información puede también implícita o explícitamente, perpetuar los estereotipos étnicos, sexuales y raciales. El Sr. Dick Cable, comentarista de televisión de KXTV en Sacramento, dijo:

. . . porque muchas de las maneras que utilizamos para definirnos como personas, vienen de las imágenes que aparecen en las pantallas de televisión . . . yo creo que podemos esperar, con todo derecho, y tal vez hasta exigir, que el espejo imperfecto en que nos miramos sea, a fin de cuentas, el responsable de crear un clima sano de amor propio.

La televisión, la radio, las películas, los periódicos y revistas influyen mucho en la pauta o tono de las discusiones privadas y públicas. Por medio de las noticias, el entretenimiento y la publicidad que presentan, influyen nuestra autoestima, nuestras opiniones y perspectivas en general. Esto afecta, particularmente, a los jóvenes en busca de modelos y de información relacionada con la forma en que el mundo funciona.

Los programas de entretenimiento y la publicidad, a menudo, incorporan mensajes ocultos y sutiles. Mientras los padres y las escuelas enseñan el uso de la razón y la expresión, los medios de comunicación, a menudo, representan y ensalzan a 'hombres verdaderos' que hablan con los puños, son fuertes y usan pistolas y a mujeres cuyo valor se cifra en su apariencia sofisticada y mundana.

Los medios de comunicación han asumido algunas funciones que antes estaban reservadas a las escuelas, a las iglesias y a los padres de familia. En cierta forma, estos medios de comunicación instruyen, inculcando valores buenos y malos, además de informar.

Para la mayoría de los californianos, los medios de comunicación definen las pautas a seguir así como lo que es realidad. Lo que no tratan es tan importante como lo que presentan. En algunos de los periódicos de las zonas urbanas la tradición de reportar los nombres de los jóvenes que sobresalían en sus estudios o que habían sido reconocidos en su comunidad, ha pasado al olvido. Esto, como es de suponerse, les resta mérito a sus esfuerzos ya que no son publicados. La cobertura en lo que respecta a grupos de pandilleros, de criminales y de los atletas es desproporcionada con respecto a las actividades que desarrollan.

No hace mucho tiempo en las películas las drogas se presentaban como medios para divertirse, interesantes y creativos. Esas imágenes están cambiando rápidamente a medida que las películas se refieren a la drogadicción (y al fumar) en términos menos atractivos. La misma atención debe prestarse a:

- La publicidad de drogas ilícitas, especialmente el alcohol
- La influencia por parte de compañeros por la cual el uso ilícito de drogas se extiende, las condiciones sociales que fomentan este uso y las diferentes formas de tratamiento
- Los estereotipos étnicos y culturales que dañan el amor propio y la autoestima de otras personas

Libros de Consulta Relacionados con el Abuso de las Drogas y el Alcohol y la Autoestima

Biernacki, P. *Pathways from Heroin Addiction: Recovery Without Treatment.* Philadelphia: Temple University Press, 1986.

Black, Claudia. "Children of Alcoholics," *Alcohol Health and Research World,* Fall, 1979.

"Children's Agenda 1989-90." Sacramento, Calif.: Child Abuse Council of Sacramento, 1989.

Garbarino, J., and M. C. Plantz. "Child Abuse and Juvenile Delinquency: What Are the Links?" in *Troubled Youth, Troubled Families.* New York: Aldine De Gruyter, 1986.

"Indicators of Alcohol and Drug Abuse Trends," in *Five Year Master Plan to Reduce Drug and Alcohol Abuse: Year One.* Sacramento, Calif.: Department of Alcohol and Drug Abuse Programs, 1989.

Kirst, Michael, et al. *Conditions of Children in California.* Berkeley, Calif.: Policy Analysis for California Education, University of California, Berkeley, 1989.

Kitano, Harry H. L. "Alcohol and Drug Use and Self-Esteem: A Sociocultural Perspective," in *The Social Importance of Self-Esteem.* Berkeley, Calif.: University of California Press, 1989.

MacAndrew, C. "A Retrospective Study of Drunkenness: Associated Change in the Self-Depictions of a Large Sample of Male Outpatient Alcoholics," *Addictive Behaviors,* Vol. 4 (1979), 373–381.

Miller, D. *Children of Alcoholics: A Twenty-Year Longitudinal Study.* San Francisco: Institute of Scientific Analysis, 1977.

Perez, R., A. Ramirez, and M. Rodrequez. "Correlates and Changes over Time in Drug and Alcohol Use Within a Barrio Population," *American Journal of Community Psychology,* Vol. 8 (1980), 621–636.

Restak, Richard M. *The Mind.* New York: Bantam Books, 1988.

Schlossman, P. *Cocaine and Heroin in California: The Changing Equation.* Prepared for the Office of the Attorney General, Department of Justice, State of California (in progress, 1989).

Skager, Rodney, and Elizabeth Kerst. "Alcohol and Drug Use: A Psychological Perspective," in *The Social Importance of Self-Esteem.* Berkeley, Calif.: University of California Press, 1989.

Steffenhagen, R.A., and Jeff D. Burns. *The Social Dynamics of Self-Esteem: Theory to Therapy.* New York: Praeger, 1987.

Criminalidad y Violencia y la Autoestima

La criminalidad, o el temor de que ocurra un crimen, es uno de los problemas más intimidantes con que los ciudadanos de California se enfrentan hoy en día. En 1988 hubo robos en más de un cuarto de millón de hogares; hubo casi 3,000 homicidios y 12,000 casos de violación que se delataron ("Crime and Delinquency in California," 1988). De acuerdo al Departamento de Alguaciles (Sheriff) del Condado de Los Angeles, 452 personas murieron como resultado de la violencia entre pandillas tan sólo en ese condado. La criminalidad y, en especial, los crímenes violentos se han vuelto tan comunes y los medios de comunicación los tratan con tanta frecuencia que muchos de los ciudadanos han hecho un reajuste en su vida diaria y están conscientes de este problema.

Las raíces de la violencia y la criminalidad son muchas y tienen relación entre ellas mismas. A las personas que les gusta especular en teorías, nos indican que las causas son económicas, políticas, culturales y morales. Algunos de éstos, además, incluyen el factor del concepto de sí mismo en sus explicaciones y asumen que el comportamiento de la persona está influenciado por la forma en que se ven y la opinión que tienen de sí mismos. La mayoría de los estudiosos de ciencias sociales señala que el concepto de sí mismo, es el resultado del roce social o la interacción social del individuo, especialmente cuando se trata de roce con las personas que son importantes para dicho individuo.

La autoestima, posiblemente, sea un factor crítico en los crímenes violentos y, en especial, en los delitos contra las personas con quienes se tiene intimidad, ya que son el resultado de emociones fuertes. La noción específica de la autoestima como un determinante del comportamiento criminal o violento ha dado como resultado estudios que buscan eslabonar los niveles de antecedentes de la autoestima con las agresiones subsecuentes, así como otras formas de comportamiento descarriado o antisocial.

La Relación de la Autoestima con la Agresión y el Comportamiento Criminal

La investigación que se ha llevado a cabo demuestra la influencia que un acondicionamiento ambiental tiene sobre la autoestima y, por lo tanto, en un comportamiento agresivo. De hecho, se han efectuado estudios sobre el maltrato de los niños en los últimos veinte años que señalan una correspondencia causal entre el maltrato, el descuido, la carencia de emociones y la delincuencia juvenil. Entre estas personas, el crimen y la violencia pueden ser formas de compensar el sentirse avergonzado, impotente y despreciable; pueden ser también intentos desesperados para que se les estime y aprecie. De igual forma, los niños maltratados por las personas encargadas de criarlos aprenden que la violencia es una reacción

Patrick Purdy creció en un hogar inapropiado, y este factor fue acrecentado por no haber tenido padres que lo apoyaran o impulsaran. Se convirtió en un joven desprovisto de autoestima y lleno de ira o cólera hacia el mundo que lo rodeaba.

—Reporte del Procurador de Justicia del Estado John K. Van de Kamp sobre las Muertes Causadas por Patrick Purdy en la Escuela Cleveland, en octubre de 1989

aceptable a los conflictos y las frustaciones y, al convertirse en adultos, adoptan ellos el mismo comportamiento.

En uno de los estudios, los investigadores estudiaron la vida de tres grupos de adolescentes, empezando cuando éstos tenían diecinueve años hasta cinco años después. Las tres clasificaciones fueron: agresivo, con criterio propio y no agresivo. (McCord y otros, 1961). Los resultados demuestran que los jóvenes que recibieron un nivel más alto de maltrato de sus padres (golpes, vejación verbal, o castigos o desamparo, menosprecio y repudio o rechazo) resultaron ser más agresivos que los jóvenes de los otros dos grupos. El ambiente emocional familiar de los jóvenes agresivos dio como resultado una disminución del concepto de valoración que tenían de ellos mismos, afectó su sentido de responsabilidad y les presentó el mundo como un lugar peligroso y hostil.

Muchos de los estudios sobre la agresión llevados a cabo a fines de los años 30 (Dollard y otros, 1939) se centraron sobre la hipótesis "frustración-agresión" por la cual se presenta la conducta agresiva como una reacción ante cualquier factor que impida o estorbe el logro de una meta (o sea, el tratar de ganar una recompensa de dinero, la comida o la aceptación social). Estos estudios demuestran que las personas difieren en su predisposición a la ira y agresión y, por lo tanto, también en su susceptibilidad y frustración. Estas diferencias, de acuerdo con los estudios, son el producto del concepto propio del individuo, incluso el amor propio o la autoestima.

Otros estudios indican que el insulto personal (Green, 1968) o la percepción que tiene individuo de que otro lo amenaza con la agresión (Epstein y Taylor, 1967) los predispone mucho más a las acciones agresivas que la frustración en sí. El Sr. Seymour Feshback (l971) indicó que con base a todas las evidencias experimentales y clínicas "la violación de la autoestima por medio del insulto, la humillación y la coerción, son . . . probablemente las fuentes más importantes por las que surge la ira y la agresividad en los seres humanos."

La Autoestima, el Orgullo y la Vergüenza

Después de repasar la literatura relacionada con el crimen y la violencia para el grupo de estudio, J. T. Scheff y otros (1989) sugieren que tal vez lo que se necesita es una nueva dirección en la investigación y las normas públicas. Con esta nueva dirección se estudiaría la importancia de la falta de la autoestima como la causante de crímenes violentos y serviría para conceptualizar la autoestima en lo que respecta a las emociones básicas de orgullo y vergüenza. Podría igualmente hacer notar los componentes ambientales que fomentan la autoestima y hacen que la persona se responsabilice por sus propios actos.

La Educación en la Niñez (Early Nurturing). Un experimento a largo plazo hecho por Lally y otros (1987) para el Programa que Investiga el Desarrollo Familiar en la Universidad de Syracuse demostró la relación que la autoestima tiene en el comportamiento criminal o violento. Una de las miras del programa fue la mejoría del "bienestar" de los niños nacidos de padres que no podían brindarles los beneficios asociados con el dinero, la

educación y la posición, con la esperanza de robustecer la relación entre la familia y los niños. Para esta investigación, se seleccionó a 108 familias de bajos ingresos, las cuales recibieron un variado conjunto de servicios relativos a la instrucción, a la nutrición, a la seguridad y a los servicios sociales, desde antes del nacimiento de los hijos hasta su ingreso en la escuela primaria. También se fomentó la autoestima:

> *. . . Los niños que participaron en este programa fueron tratados como seres especiales, cada uno con habilidades y destrezas particulares al servicio de, y para ser apreciadas por, la sociedad en general; estas cualidades fueron enfatizadas y reconocidas por las personas adultas con quien éstos pasaban las horas del día . . . la fórmula usada fue la de fomentar una operación independiente y la conciencia de la responsabilidad en cada uno de los niños; confianza en la justicia y consistencia con el comportamiento; énfasis en la creatividad, el estímulo y exploración en el aprendizaje; motivación interna y no externa y un lugar seguro y alegre para pasar el día.*

Un estudio posterior demostró que el programa positiva y significantemente afectó a los participantes. Uno de los factores más notorios fue la adaptación social y la habilidad para formar parte de la comunidad. Lo que queda demostrado es que cuando los niños de las comunidades con bajos ingresos viven una niñez feliz y placentera, este factor ayuda a prevenir la posibilidad de que estos niños se conviertan en delincuentes.

Por lógica, deberíamos de estar convencido que, para evitar la delincuencia juvenil, así como el abandono de las aulas, o bien, el que los niños tomen alcohol o drogas o que se unan a pandillas, es necesario que nosotros les dediquemos el tiempo que sea necesario en la niñez.

—Sistema Judicial Juvenil de California, Análisis y Obra Legislativa—Enero de 1989—Fundación Júridica del Sistema Judicial de Sacramento (California Juvenile Justice, Analysis and Legislative Action—January, 1989—Criminal Justice Legal Foundation, Sacramento)

Diez años después de haber terminado con el programa, solamente el 6 por ciento de los participantes tuvo que comparecer ante la ley. El porcentaje en otros grupos ascendió a 22 por ciento y la seriedad de las ofensas cometidas, la frecuencia y el costo de procesarlas (gastos de la corte, supervisión de aquellas personas puestas en libertad condicional, colocación en casas de crianza, etc.) fue diez veces mayor.

Los participantes en el programa empezaron a expresar sentimientos positivos respecto de sí mismos, se encararon a sus problemas personales y se dieron cuenta que los estudios eran una parte muy importante en su vida. El programa sirvió para prevenir una conducta descarriada y para reconocer los valores y actitudes positivas.

El informe del suceso que ocurrió en Stockton, en el cual seis niños fueron asesinados con armas semiautomáticas, presentado al Procurador de Justicia de California, demostró ampliamente los lazos que existen entre la niñez que tuvo el asesino, su falta de amor propio y la violencia perpetrada ("Report to Attorney General," 1989).

Confianza en Sí Mismo Basada en el Descarrío (Deviancy-Based Self-confidence). El estudio hecho por Howard B. Kaplan (1975, 1980) es uno de los reportes teóricos más completos sobre la relación de la autoestima y el comportamiento criminal. En un amplio estudio, el Sr. Kaplan menciona que una conducta criminal aumenta o intensifica la confianza de las personas que han experimentado el fracaso y por lo tanto, carecen de amor propio. Esta teoría, como puede verse, difiere mucho de la autoestima que promueve el Comité. En su estudio, el Sr. Kaplan definió la autoestima como "la necesidad personal de utilizar al máximo las actitudes propias positivas y al mínimo las actitudes propias negativas."

Por consiguiente, cuando las experiencias de una persona en un grupo particular (ya sea la familia o la escuela, por ejemplo) conducen a actitudes negativas, el individuo asocia a ese grupo las vivencias derogantes y pierde la motivación para comportarse de acuerdo a reglas normativas. Esta desviación entonces se hace atractiva ya que brinda la oportunidad para demostrar a algunos que la persona vale. Si se adopta este proceder el individuo busca, en su caso particular, aquellas actividades visibles, disponibles y atractivas y continuará con estas actividades si lo hacen sentirse importante. Si, por el contrario, se siente avergonzado, las dejará.

Un buen ejemplo del potencial que existe para el acrecentamiento de la autoestima basado en la desviación, es el unirse a una pandilla. Algunos de los adolescentes antisociales, con bajo concepto de sí mismos, en ocasiones, procuran el reconocimiento, cometiendo actos antisociales e ingresando en las pandillas.

Los estudios que Hans Toch hizo (1969) están de acuerdo con los hechos presentados por Howard Kaplan. De acuerdo a las entrevistas que el Sr. Toch hizo a personas encarceladas o puestas bajo libertad condicional, la característica más común entre ellos es "la compensación del concepto propio" o sea la agresión en defensa de su propia imagen, ante la calumnia o la difamación, o para demostrar que valen como personas. El bajo concepto de sí mismo se propone como la causa principal de dicha agresión.

La Violencia y Responsabilidad Social (Violence and Social Responsibility). El testimonio que se ha presentado proporciona una hipótesis con respecto a otra causa posible de la violencia y del crimen; estas dos cosas pueden ser el resultado de la falta o disminución de los valores sociales relativos a la ciudadanía, a la honradez, al respeto por otras personas y a la responsabilidad de nuestros propios actos. Estos valores deben ser enseñados en las escuelas, en los hogares y en la comunidad.

Si no hay una mobilización comunitaria y el establecimiento de actividades alternativas a fin de que los niños no se afilien a pandillas, las calles de la ciudad serán rutas de violencia, ya que el cuerpo policíaco necesita nuestra ayuda.

—Capitán Raymond E. Gott, Departamento de Alguaciles (Sheriff) del Condado de Los Angeles, en una presentación a la Oficina de Justicia Juvenil y Prevención de Delincuencia, Washington, D.C., 22 de septiembre de 1989

La Violencia y La Salud Mental (Violence and Mental Health). Una baja estima puede tener como base tanto los actos de violencia como una enfermedad mental. Sin embargo, hay que aclarar la confusión que existe sobre la relación entre la violencia y la salud mental, ya que de otra forma, se fomentará la baja autoestima.

Los estudios recientes contradicen el temor general que los enfermos mentales, como grupo, son más violentos que los que están cuerdos. En realidad es más probable que los enfermos mentales sean víctimas de crímenes y no que cometan estos actos.

Por su naturaleza, las enfermedades mentales incapacitan al individuo, obstaculizándole las relaciones con otras personas. Además, dado que estas personas viven con un ingreso bajo, con frecuencia en zonas indeseables, segregadas y aisladas, lo que resulta es una separación del sistema social en detrimento de su ya frágil autoestima.

Resumen de la Criminalidad y Violencia y la Autoestima

La naturaleza del comportamiento criminal y la delincuencia juvenil es tan variada y sus raíces tan entrelazadas con el orden social, económico y político que es imposible que una sola teoría la explique; asimismo, no hay una sola reacción que allane el problema. Sin embargo, extensos estudios e

investigación señalan que la autoestima es un factor crítico y fundamental en el comportamiento violento. La conducta descarriada es, a menudo, el resultado de haber vivido en un hogar carente de cariño y estabilidad; la desavenencia con grupos sociales como la escuela, la iglesia y la comunidad; la desigualdad económica y la discriminación racial y cultural—son todos factores importantes en el fomento o destrucción de la autoestima. Ha llegado la hora para que todos nosotros, como una sola sociedad, estudiemos nuevos programas, leyes y normas que reconozcan la falta de la autoestima como uno de los causantes del crimen y la violencia. Con este propósito hemos preparado las recomendaciones que siguen:

Recomendaciones Claves sobre la Criminalidad y la Violencia y la Autoestima

1. Establecer un sistema judicial juvenil para delinear la responsabilidad personal para los delincuentes y la imposición de castigos apropiados por cada acto criminal que cometan.
2. Apoyar la duplicación de programas sobre la prevención de la delincuencia juvenil que hayan dado resultado en otras comunidades y así fomentar la autoestima y el sentido de la responsabilidad.

Recomendaciones Abreviadas sobre la Criminalidad y la Violencia y la Autoestima

1. Responsabilizar a los jóvenes por los crímenes que cometan.
2. Duplicar los programas que fomenten la autoestima y la responsabilidad.
3. Combatir la amenaza de las pandillas en las escuelas por medio de la autoestima.
4. Crear grupos comunitarios para establecer actividades en las que los niños puedan participar después de las clases.
5. Establecer programas de autoestima en las prisiones y reformatorios.
6. Preparar programas de autoestima para las dependencias del sistema judicial.
7. Permitir a los prisioneros que solucionen sus problemas ellos mismos.
8. Fomentar el establecimiento de programas artísticos en las prisiones.
9. Establecer centros correcionales en la comunidad.

Recomendaciones, Explicación, y Ejemplos de Programas sobre la Criminalidad y Violencia y la Autoestima

RECOMENDACION 1

Responsabilizar a los jóvenes por los crímenes que cometan.

Establecer un sistema judicial juvenil para delinear la responsabilidad personal para los delincuentes y la imposición de castigos apropiados por cada acto criminal que cometan.

Por casi 100 años el sistema judicial juvenil ha funcionado como un sistema protector, rehabilitante no punitivo y no criminal. Esta filosofía se basó en el concepto de *parens patriae* por el cual el gobierno asume el papel de padre, proporcionando funciones y servicios que, normalmente, serían proporcionados por los padres de estos jóvenes; sin embargo, ignora una cosa sumamente importante como lo es la responsabilidad. Sin restarle mérito al énfasis que se ha dado a la asesoría, a las diversiones y a la rehabilitación, debemos reconocer que el sistema judicial juvenil ha ignorado la necesidad de que el delincuente acepte la responsabilidad por su comportamiento.

Si no existen sanciones para castigar el comportamiento criminal y anti-social, es imposible hacer que el delincuente se responsabilice por su comportamiento y asuma la responsabilidad que le corresponde. Tal parece que el sistema judicial juvenil presente inadvertidamente fomenta el comportamiento criminal. Cuando se arresta a un joven por un delito menor, digamos hurtos o robos de poca cuantía o vandalismo, no se le impone ningún castigo. El joven recibe consejos, se le envía a una agencia de la comunidad o simplemente se le manda a la casa de sus padres. El mensaje que éstos reciben es que, en nuestra sociedad, el sistema no espera que obedezcan la ley y que, si cometen ofensas, casi no se tomará ninguna acción en su contra.

Para contar con un sistema judicial juvenil justo que obligue a la persona a aceptar la responsabilidad social y personal, debemos asignar una sanción

Los jóvenes se burlan del sistema ya que no se les castiga sino hasta que tengan dieciocho años. Este error debe corregirse.

—Dr. Stephen Fleisher, Director Ejecutivo, Clínica de Orientación para los Niños del Valle de San Fernando (San FernandoValley Child Guidance Clinic), Grupo de Estudio Estatal sobre el Pandillerismo y las Drogas (State Task Force on Gangs and Drugs), 1989

©1986 Werner Kruten/PHOTOVAULT

para cada acto criminal, sin importar cuán pequeño sea. Esta sanción no necesariamente deberá ser encarcelamiento; podría ser servicio a la comunidad bajo la dirección de la corte juvenil, así como asesoramiento para que comprendan que el cometer un delito es una ofensa seria de la cual ellos deben responsabilizarse.

RECOMENDACION 2

Duplicar los programas que fomenten la autoestima y la responsabilidad.

Apoyar la duplicación de programas sobre la prevención de la delincuencia juvenil que hayan dado resultado en otras comunidades y así fomentar la autoestima y el sentido de la responsabilidad.

Los programas comunitarios no sólo ayudan a cambiar la vida de los jóvenes participantes sino que ofrecen la oportunidad para que los ciudadanos también participen en forma activa con ellos y, de esta forma, disminuir la criminalidad en su comunidad. El sistema policíaco, por sí mismo, no puede frenar el comportamiento criminal. La autoestima de la comunidad, sin embargo, puede servir de motivación para determinar las necesidades más importantes de dicha comunidad.

Los padres, los encargados de empresas, los oficiales del sistema policíaco y los dignatarios de la iglesia deben tomar algún control y, en conjunto, difundir el mensaje que la criminalidad no será aceptada; que el comportamiento egoísta o anti-social no será tolerado y que una fuerte colaboración y cooperación existe entre estos grupos. Con este esfuerzo los jóvenes podrán romper el ciclo de la delincuencia. Esta ayuda podrá suministrarse a través de los programas que hacen frente a los problemas delictivos particulares o pasar a allanar las dificultades generales de la comunidad, tal como se presenta a continuación:

- **Programa de la Fundación "Breakthrough" (Triunfo) para los Jóvenes en Peligro** (Breakthrough Foundation's Youth at Risk Program) (3509 Fillmore St., San Francisco, CA 94123 [415] 673-0171): Con este programa, físicamente riguroso, se ayuda a los delincuentes juveniles a que tomen control de su vida. Iniciado por una organización educativa filantrópica, Breakthrough, el Programa de Jóvenes en Peligro brinda a la comunidad una forma de allanar el problema de la delincuencia juvenil. El programa toma dos años en cada comunidad e incluye tres componentes principales: el principio, tiempo durante el cual se enseña a los voluntarios de la comunidad cómo organizarse, recabar fondos y establecer el programa; un curso de diez días para los jóvenes y el personal de la agencia juvenil y una evaluación después de transcurrido un año. El curso de diez días es la parte principal; incluye conferencias e intercambio de impresiones, demostraciones al grupo y métodos de aprendizaje, ejercicio diario así como un curso de alpinismo (cómo escalar una montaña con la ayuda de sogas) para que los participantes aprendan el arte de la comunicación y la confianza mutua. De esta forma, los jóvenes se dan cuenta que contribuyen algo a la comunidad y que tienen un impacto sobre los demás seres humanos. Se les enseña que, en su vida, ellos son los autores no las víctimas. Cuando se termina el curso,

cada participante señala y se compromete a participar en algún proyecto personal o de la comunidad para la implementación del programa.

- **La Casa Victoria para Niñas** (Casa Victoria for Young Girls) (P.O. Box 6244, Whittier, CA 90609 [213] 941-1279): Es una casa para aquellas jóvenes que están en libertad condicional, en especial, jóvenes latinas o mexicoamericanas. En el programa hay jóvenes que han sido drogadictas, que han abandonado los estudios, han sido prostitutas y no tienen un lugar donde vivir.
- **Conjunto Latino** (Latino Ensemble) (P.O. Box 26A 28, Los Angeles, CA 90026 [213] 484-9005): Una compañía filantrópica de teatro cuya meta es el avance de la cultura latina. Presentan obras de teatro en inglés y español y su repertorio lo integran jóvenes del área de Echo Park que han adoptado esta alternativa en lugar de asociarse con pandilleros.

RECOMENDACION 3

Combatir la amenaza de las pandillas en las escuelas, por medio de la autoestima.

Invitar a todo el personal que trabaja con los jóvenes, desde kindergarten hasta el 12 avoaño, a recibir instrucción sobre los programas de autoestima, a fin de contrarrestar la afiliación en las pandillas.

Los jóvenes se afilian a las pandillas a muy tierna edad y por varias razones, entre ellas, el prestigio, el sentirse aceptados y las ventajas económicamente. Un joven, miembro de una pandilla, nos dio el siguiente testimonio:

> *Yo he sido miembro de las pandillas desde que estaba en quinto año. Me metí de pandillero por el prestigio, las muchachas y todo eso. Ahora continúo en ellas por el trabajo. Tengo veintiún años y tengo dos niñas a quien mantener. No hay trabajos—algo que pudiera hacer por 20 o 30 años y luego jubilarme—así que tengo que hacer esto. Tengo que fajarme una pistola y vender drogas y con lo que gano en una semana, de $1,500 a $2,000, tengo suficiente para todo: chícharos/arvejas, frijoles, ropa y me queda el prestigio. Me gusta porque infundimos temor en la gente y a todo mundo le gusta sentirse importante.*

Al inicio, 31 por ciento de los niños de quinto año indicaron interés en el pandillerismo y las drogas; al final, sólo el 7 por ciento de ellos mostraban actitudes que pudieran ser peligrosas.

—Ernie Paculba, Coordinador, Programa de Alternativos al Pandillerismo (Gang Alternative Program), Distrito Escolar de Los Angeles, Grupo de Estudio Estatal sobre el Pandillerismo y las Drogas, 1989

Algunas de las comunidades han puesto en práctica algunos métodos para prevenir eficazmente el pandillerismo, como los que se mencionan abajo; sin embargo, se ha llevado a cabo poca investigación a fondo respecto del origen, procedimiento, actividades y promedio de éxito de estos esfuerzos. Esta información es necesaria si vamos a crear programas similares o a aumentar los ya existentes. Sin esta información, las organizaciones comunitarias no cuentan con una razón fundamental o respaldo para solicitar más aportaciones o aumento de los fondos a fin de establecer programas contra el pandillerismo.

- **El Equipo de Acceso a la Comunidad** (The Community Access Team) (Officer Balizan, 300 W. Winton Ave., Hayward, CA 94544 [415] 784-7013): Patrocinado por el Departamento de Policía de Hayward, la meta de este programa es obtener empleo y el desarrollo de programas educativos para

25 pandilleros cada año. Los participantes reciben instrucción y asesoramiento educacional para que puedan desarrollar buenos hábitos de trabajo; igualmente, se les invita para que participen en proyectos de servicio a la comunidad. Como resultado, el equipo actúa como unión o enlace entre las pandillas y la Jefatura de Policía de Hayward y entre el consejo laboral del estado y la cámara de comercio de la localidad.

- **Educación y Entrenamiento para Combatir el Pandillerismo** (GREAT—Gang Resistance Education and Training) (Los Angeles Unified School District, 450 N. Grand Ave., Los Angeles, CA 90012 [213] 625-5300): Este programa experimental dirigido a las escuelas primarias, tiende a prevenir el aumento del pandillerismo. Se da énfasis a la autoestima, al desarrollo de dirigentes, a las metas y logros, así como cómo comunicarse mejor y establecer relaciones duraderas.
- **Obras de Teatro de Los Angeles** (Los Angeles Theater Works) (681 Venice Blvd., Venice, CA 90291 [213] 827-0808): Este programa ha sido diseñado para los jóvenes que están involucrados en crímenes y violencia.
- **El Plan Paramount: Una Alternativa a la Afiliación a las Pandillas** (The Paramount Plan: Alternative to Gang Membership) (c/o Tony Ostos, 16400 Colorado Ave., Paramount, CA 90723 [213] 531-3503, ext. 221): El énfasis de este programa es el rechazo del pandillerismo, con miras a eliminarlo o por lo menos disminuir su influencia. Se lleva a cabo en comunidades que han sido identificadas por oficiales de la policía (sheriff) como "influenciadas por el pandillerismo" y se invita a los padres de familia y a los niños menores de diez años a participar activamente. Simultáneamente, un curso de estudio para los estudiantes de quinto año, llamado anti-pandillas, que se instituyó en 1982 en el Distrito Escolar Unido de Paramount, pone énfasis en las actividades disponibles en la comunidad. Los miembros de la comunidad pueden obtener materiales y carteles en contra del pandillerismo, con solo pedirlos.
- **Teatro "Stop Gap"** (Stop Gap Theatre) (P.O. Box 494, Laguna Beach, CA 92652 [619] 722-7727): Este programa trata de aumentar la autoestima de las personas en todas las seis categorías bajo la denominación "interes o preocupaciones sociales."
- **La Coalición de Triple Corona para Jóvenes** (Triple Crown Youth Coalition) (103 1/2 South Meadowbrook Dr., San Diego, CA 92114 [619] 267-0777): Un programa de trabajo establecido por la Ciudad de San Diego, emplea en la actualidad de 25 a 30 miembros de pandillas. En el programa se pone énfasis en la autoestima, en el valor del trabajo así como en los buenos hábitos de trabajo. Los negociantes y miembros de la comunidad han trabajado asiduamente para erradicar el pandillerismo al interesarse por los jóvenes de su localidad, tratando de ganarse el respeto de éstos y colaborando con ellos para encontrar alternativas al pandillerismo, especialmente por medio de empleos. Los programas de prevención contra el pandillerismo deben hacerse del conocimiento de los niños pequeños que no han estado expuestos a las pandillas. Los programas para los niños de más edad, deben incorporar un componente de trabajo.

RECOMENDACION 4

Crear grupos comunitarios para establecer actividades en las que los niños puedan participar después de las clases.

Crear una asociación pública/privada para alentar y ayudar a grupos de jóvenes después de las clases y fomentar en ellos la autoestima y la responsabilidad social y personal.

Teniendo en cuenta que algunos estudios indican que, si no hay alternativas atractivas los jóvenes buscan métodos negativos y antisociales para robustecer su autoestima, la necesidad para establecer programas que brinden vivencias positivas y fomenten el roce social, se convierte en un factor crítico.

Los clubes y las actividades en las que los niños podían participar después de las clases han desaparecido en la mayoría de las comunidades y escuelas y con ambos padres trabajando, no hay muchos adultos que puedan servir como animadores en estas actividades. Además, muchos de los maestros viajan distancias considerables para venir a la escuela y, claro está, no desean permanecer mucho tiempo después de clases.

Necesitamos desarrollar estructuras de apoyo y grupos de apoyo entre compañeros para los jóvenes. En el centro sur de Los Angeles, por ejemplo, un proyecto modelo funcionó por tres años en el cual participaron trabajadores sociales y consejeros. Los organizadores descubrieron que en muchas de las iglesias de los negros de la ciudad, los auditorios y los salones de clase no se usaban durante la semana. A fin de prevenir que los jóvenes se fueran a la calle, estos organizadores establecieron actividades desde el medio día hasta ya entrada la noche.

- **Encierro para la Juventud Urbana: Prevención del Pandillerismo y la Drogadicción para la Juventud** (Urban Youth Lock-In: Gang and Drug Prevention for At-Risk Youth) (Dr. Ralph Dawson, Director of the Center for the Study of Black on Black Crime, Student Health Center, CSULA, 5151 State University Dr., Los Angeles, CA 90032 [213] 343-3331): Utilizando algunos medios de las iglesias de la comunidad, este proyecto brinda un amplio programa de actividades para la juventud. Proporciona retiros de 24 horas durante los cuales los jóvenes se reúnen con profesionistas de la localidad, representantes del clero y, de entre ellos, escogen modelos. Estos retiros se ofrecen a aproximadamente 4,500 jóvenes en seis centros urbanos: San Diego, Los Angeles, Fresno, San Francisco, Oakland y Sacramento. El proyecto está en comunicación con varios elementos fuera del estado. El asesoramiento particular y las juntas para los jóvenes, así como el personal y los voluntarios, respaldan el compromiso hecho por los jóvenes de no tomar drogas ni afiliarse a ninguna pandilla por lo menos en 90 días.

RECOMENDACION 5

Establecer programas de autoestima en las prisiones y reformatorios.

Invite a las prisiones y a los reformatorios del estado y del condado para que, junto con otras organizaciones, se establezcan programas para aumentar la autoestima; entre sus objetivos deben incluir las destrezas básicas, el desarrollo del carácter y el entrenamiento educacional, vocacional y social y después evaluarlos para medir su utilidad.

En esta sección se presentan asuntos y programas tanto para los jóvenes como para los adultos.

Prisiones para Jóvenes

De acuerdo a un estudio hecho en 1988, California tiene las leyes más estrictas con respecto a la sentencia, y las prisiones juveniles más repletas de toda la nación. Hay un número creciente de jóvenes detrás de las rejas y por períodos de tiempo más largos.

En una reciente encuesta, se verificó que existe gran interés en el establecimiento de un sistema judicial juvenil independiente cuya meta principal sea la rehabilitación de los jóvenes delincuentes. California también favorece el desembolso de fondos públicos a fin de educar y entrenar a los delincuentes para que se conviertan en hombres de bien. Joe Sandoval, Secretario de Correccionales, en una conferencia ante el grupo de estudio indicó que, desgraciadamente, los jóvenes presos carecen tanto de la autoestima como de la responsabilidad social y concluyó diciendo que "es absolutamente necesario que se mejore la autoestima en las prisiones."

Las prisiones y las escuelas reformatorias pueden catalogarse como causantes o contribuyentes directos al problema del pandillerismo, así como una reacción al mismo.

—Dr. Irving A. Spergel, Universidad de Chicago. Cita tomada de una presentación hecha en el simposio llevado a cabo en Los Angeles, del 12 al 14 de enero de 1989, sobre el Pandillerismo.

Si se espera que estos jóvenes lleguen a pensar que son dignos, que valen la pena, y que lleguen a ser personas productivas, debemos brindarles el conocimiento y las habilidades o destrezas para sobrevivir a fin de que puedan obtener empleos cuando cumplan su condena y puedan enfrentarse a los problemas que fueron la causa de su encarcelamiento.

- **Programa de Libre Empresa, Agencia Correccional de Menores de California (Free Venture Program)** (Fred Mills, 4241 Williamsborough Dr., Suite 227, Sacramento, CA 95823 [916] 427-6674): Creado en 1985 por un grupo de estudio en representación de la industria privada, los sindicatos laborales, el gobierno del condado, la Agencia Correcional de Jóvenes y Adultos y la Agencia Correccional de Menores, es una sociedad entre el gobierno y el campo comercial a fin de que los pupilos o prisioneros sean empleados por el sector privado para incrementar su autoestima y facilitar su adaptación a la sociedad. Del dinero recibido, el 40 por ciento debe depositarse en una cuenta de ahorros y, dado que tienen que pagar impuestos, se convierten en miembros contribuyentes de la sociedad. Los jóvenes sienten que valen y que son útiles cuando desarrollan el amor al trabajo por su propia cuenta. Finalmente, cada uno de los participantes prepara su historial de trabajo y sus referencias por lo que se sienten halagados al mismo tiempo que aumentan la probabilidad de que se les ponga en libertad condicional. De los 40 graduados en este programa, únicamente dos reincidieron y éstos estuvieron en libertad por lo menos un año antes de regresar.
- **Preceptores maduros para los Jóvenes Detenidos (Senior Tutors for Youth in Detention)** (Sondra Napell, 3640 Grand Ave., Suite 5, Oakland, CA 94610 [415] 839-1039): A los varones del Centro para Guiar a la Juventud de San Francisco, se les dan clases particulares semanalmente por personas jubiladas de la comunidad de pensionados de Rossmoor de Walnut Creek. Los preceptores les enseñan a escribir y a expresarse, a llevar a cabo entrevistas y a ser buenos padres; asimismo, les presentan

una variedad de oficios vocacionales y les imparten los conceptos de la moral y la ética. Este programa se estableció en 1983 y brinda a los jóvenes técnicas positivas para el aprendizaje y el aliento constante de personas adultas que se preocupan por ellos.

Prisiones para Adultos

Los programas vocacionales y educativos en las prisiones para adultos pueden proporcionar a los presos una meta, fomentar su autoestima, fomentar el orgullo que da al aprender algo nuevo o al continuar con sus estudios y conocer los valores sociales y la responsabilidad.

Los programas actuales, tales como los Campamentos de Conservación, las Cuadrillas Comunitarias y las Industrias en la Prisión, les permiten a los prisioneros participar en varias actividades, tales como apagar incendios, proteger los bosques, reparar los caminos, impedir inundaciones, mantener edificios, así como una variedad de actividades relacionadas con la fabricación, los servicios y la agricultura. Con estos programas, la autoestima y la confianza en sí mismo aumentan considerablemente. El dinero ganado por los presos puede dedicarse a hacer una restitución o compensación a sus víctimas, así como sufragar una parte de los gastos relativos a su encarcelamiento.

- **Pan y Rosas** (Bread and Roses) (78 Throckmorton, Mill Valley, CA 94941-1994 [415] 381-0320): Con este programa se brindan obras teatrales a los prisioneros.
- **El Programa para Derrumbar Barreras** (Breaking Barriers Program) (Department of Corrections, P.O. Box 942883, Sacramento, CA 94283-0001 [916] 445-5691): En un programa ensayo de seis meses en la Prisión Médica de California Sur, la Prisión IV, se les enseñaron a 1,200 prisioneros los principios de la autoestima o amor propio promovidos por el Instituto del Pacífico de Seattle. Este programa puso énfasis en la superación de las barreras internas personales que estorban el triunfo. Entre varios componentes, se trataron el mejoramiento de la imagen que se tiene de sí mismo, la necesidad de cambiar hábitos y actitudes, el que nos conozcamos mejor, la necesidad de robustecer la confianza en sí mismo y el fomento de la responsabilidad social. Como parte del programa de orientación de 30 horas (cinco días) para los presos recién llegados estas quince horas les brindan la oportunidad y el aliciente para planear un curso de acción durante su encarcelamiento, a fin de hacer más fácil su retorno o reincorporación a la comunidad. Todos los presos pueden participar.
- **Educación Correccional** (Correctional Education) (Hall of Justice, 211 W. Temple St., Los Angeles, CA 90012 [213] 974-5096): El Departamento de Alguaciles (Sheriff) del Condado de Los Angeles y el Distrito Unido Escolar de Hacienda/La Puente, han unido sus esfuerzos para vigilar la reincorporación de los presos a la sociedad, asumiendo un papel más positivo. El programa de educación académica y vocacional acreditado, se ha brindado a 23,000 prisioneros de las prisiones del Condado de Los Angeles.

- **El Centro Humanístico-Psicológico de Glendale** (Glendale Humanistic Psychological Center) (416 East Broadway Ave., Suite 115, Glendale, CA 91205 [818] 500-9835): Este programa ha sido diseñado para jóvenes hispanos que han cometido delitos sexuales y que se encuentran bajo libertad condicional después de haber estado en prisión. En este centro se les imparte la aceptación, la empatía, el calor, la comprensión y el acceso educacional y terapéutico para robustecer la autoestima; asimismo, se les enseña cómo asumir la responsabilidad social y personal, cómo comunicarse en forma directa así como la manera de comunicarse, y la forma de llevar las relaciones humanas. El énfasis descansa en el proceso de cambio del individuo y en temas relacionados con la variedad de culturas.
- **Voces** (Voices) (Deuel Vocational Institution, P.O. Box 400, Tracy, CA 95376 [209] 466-8055): Este es un programa de educación y de apoyo destinados al reo cuando se le pone en libertad condicional (de seis semanas), programa que pretende lograr reducir la violencia como consecuencia de las tensiones. Se dan clases a un número selecto de prisioneros y a sus familias, procurando fomentar una conducta aceptable, a fin de sensibilizar a los reos con respecto a los efectos inmediatos y tardíos de su conducta criminal. Se procura, en última instancia, reducir una futura reincidencia y fomentar la responsabilidad social y personal que les corresponde. Entre los componentes principales están el arte de la conversación, la información sobre crímenes contra personas, el papel de la familia, y el de cada sexo, así como la educación de los hijos.

RECOMENDACION 6

Preparar programas de autoestima para las dependencias del sistema judicial.

Debemos crear normas y prácticas dentro de las dependencias del sistema judicial, subrayando la autoestima y el bienestar, tanto físico como social del personal y de los prisioneros; por otra parte, hay que elevar el nivel de respeto que se le da a ambos grupos.

El grado de autoestima entre el personal del sistema judicial y los delincuentes es, a menudo, crítico no sólo cuando se presenta una crisis sino en el trabajo que hacemos a diario. Las normas y el personal que, específicamente, traten de elevar la autoestima pueden reducir las tensiones, mejorar el servicio y ayudar a rehabilitar a los prisioneros. Para lograr esto las normas deben tomar en cuenta los factores del orgullo y de la vergüenza. Las dependencias deben revisar las normas que reglamentan las actividades de los prisioneros y pupilos, hacer un esfuerzo por eliminar las reglas innecesarias y promover un ambiente de respeto mutuo. Por otra parte, hay que

©1988 Wernher Krutein/PHOTOVAULT

hacerle ver al personal que los prisioneros deben ser tratados con respeto y, al mismo tiempo, indicarles a los reos la necesidad de tratar al personal de una forma respetuosa. El personal debe estar informado de los cambios que se hagan a las normas existentes. Las personas que ocupan puestos administrativos dentro del sistema judicial necesitan comprender los principios de la autoestima y la relación que existe entre el orgullo y la vergüenza, el trato respetuoso y el crimen y la violencia. Este entrenamiento debe darse no únicamente al personal de agencias como las prisiones, los manicomios y las agencias de bienestar social, sino que debe hacerse extensivo a los jueces, oficiales encargados de vigilar a las personas puestas bajo libertad condicional, así como al cuerpo policíaco.

Con estos programas, el individuo comprenderá que el respeto o la descortesía se comunica no por las palabras que se usan sino por la forma en que se dicen las cosas. El respeto se expresa más por medio de expresiones faciales, los modales y la entonación que por la selección de palabras.

Las personas que, por principio, se encuentran ya en una posición desventajosa sienten con más intensidad las palabras insultantes o groseras y degradantes, sin importar el tono que se use para decirlas. Si el personal aprende la forma de hablar de la conducta o de las preocupaciones del reo, sin insultar a ninguna de las partes, esto dará como resultado el aumento de la autoestima, así como el fomento de la cooperación.

RECOMENDACION 7

Permitir a los prisioneros que solucionen sus problemas ellos mismos.

Dé a los prisioneros la oportunidad de que aprendan los métodos de la autoestima para controlarse a sí mismos y de esta forma reducir las tensiones; asimismo, hay que facilitarles las técnicas terapéuticas del relajamiento para remediar la cólera, la ansiedad y el temor.

Si los prisioneros son capaces de curar sus propias tensiones psicológicas, reemplazándolas con una mente tranquila, es posible que no se hagan daño a sí mismos ni a otras personas y, por lo tanto, puedan vivir en la sociedad en forma productiva. Algunos estudios hechos con prisioneros de San Quintín demuestran que a quienes se les enseñaron técnicas de meditación y relajamiento reincidieron menos que los otros.

Uno de los metodos para reducir la tensión y controlarse a sí mismo es aprender cómo sobrevivir en nuestra sociedad. Mientras mayor sea el conocimiento, mayor la probabilidad de saber cómo arreglárselas para reducir la tensión.

- **Cómo Tener Exito** (How to Be Successful) (Thomas Jefferson Center, 202 S. Lake Ave., Pasadena, CA 91104 [818] 792-8130): Con este programa se ha reducido la violencia en el reformatorio de San Diego. Su enfoque principal es la aceptación de la responsabilidad social y personal, el aumento de la autoestima y la reducción de las tensiones. Asimismo, imparte los buenos hábitos tales como llegar a tiempo, estar preparado y fijarse una meta, sentir la empatía, así como tomar decisiones que sean éticas, y el método para pensar, conocido con las siglas STAR (deténgase, piense, actúe y reflexione).

RECOMENDACION 8

Fomentar el establecimiento de programas artísticos en las prisiones.

Establezca programas de arte que alienten el desarrollo de la autoestima y la responsabilidad social y personal de las personas encarceladas y las que corren el riesgo de que se las encarcele.

El aprendizaje y práctica del arte requiere paciencia, compromiso, disciplina propia, imaginación y un espíritu de cooperación. Para representarlo, uno debe tener confianza en sí mismo y saberse competente para hacerlo. Estas cualidades hacen que los programas ya sean visuales, literarios o de las artes, sean útiles a las personas encarceladas.

Al adquirir esta habilidad, los participantes aprenden la forma de cambiar el ambiente de una manera constructiva. Para algunos, el proceso creativo da como resultado un cambio en la actitud hacia sí mismo y hacia los demás. La investigación llevada a cabo por el Departamento de Correcciones de California y la Administración Auxiliar del Orden Público indica que entre los prisioneros que participaron en los programas artísticos, la violencia y el comportamiento destructivo se redujo de un 70 a 80 por ciento mientras permanecieron en prisión y que de éstos, el 40 por ciento de ellos, una vez puestos en libertad, no volverán a ser encarcelados.

- **El Arte en la Prisión** (Arts in Corrections) (Department of Corrections, 1515 S Street, Sacramento, CA 95814 [916] 323-3791): La meta de este programa es "mejorar la vida cotidiana del encarcelado al brindar a los participantes la oportunidad de hacer cambios en el ambiente en que viven y cambiar el concepto que tienen de sí mismos y de otras personas." Este programa, que se inició en 1977 en la Prisión Médica de Vacaville, se ha presentado en cada una de las 18 prisiones de California y es el programa artístico más grande del mundo.

  En este programa se expresa la creencia que una persona encarcelada puede mejorar su autoestima y comportamiento al reemplazar la falta de libertad por factores interiores de disciplina y amor al arte. Con este programa los prisioneros llegan a aprender y experimentar la responsabilidad personal y el control de sí mismos; por otra parte, pueden lograr la autosuficiencia, aumentar su autoestima y reducir las tensiones. El estudio que se hizo en 1987 de reincidencia después de haber participado en el programa artístico en la prisión indica que la tasa de los participantes que reincidieron se redujo un 51 por ciento.

RECOMENDACION 9

Establecer centros correccionales en la comunidad.

Contribuya al mejoramiento de la autoestima de los prisioneros y del personal de las prisiones con el establecimiento de centros correccionales descentralizados dentro de, o cerca de, la comunidad o lugar de residencia.

La centralización y relativo aislamiento de las prisiones de sus respectivas comunidades afecta el grado de autoestima, tanto de los prisioneros como del personal que labora en ellas, ya que sus comunidades de origen muestran alguna forma de repudio hacia ellos, los tratan como extraños y

rebajan su lugar en la sociedad. Esta actitud contrarresta todo esfuerzo para aumentar la autoestima del personal de la prisión, pese a los cambios en las prácticas de la institución y la educación destinada a dicho personal.

El Grupo de Estudio de California de los Enfermos Mentales, está preparando una propuesta en la que se pide la decentralización del sistema para los enfermos mentales e indica que las unidades de tratamiento deben ser suficientemente pequeñas de modo que puedan estar en o cerca de la comunidad de donde vinieron, tanto el personal como los enfermos. El mismo principio se aplica al sistema correccional. La inversión inicial sería bien aprovechada al aumentar la eficiencia y humanidad de los programas.

Libros de Consulta sobre Criminalidad y Violencia y la Autoestima

"Crime and Delinquency in California, 1988." Sacramento, Calif.: Bureau of Criminal Statistics, Office of the Attorney General, Department of Justice, 1989.

Dollard, J., L. Doob, N. Miller, O. Mowrer, and R. Sears. *Frustration and Aggression*. New Haven, Conn.: Yale University Press, 1939.

Epstein, S., and S. P. Taylor. "Instigation to Aggression as a Function of Degree of Defeat and Perceived Aggressive Intent of the Opponent," *Journal of Personality*, Vol. 35 (1967), 265–289.

Feshbach, Seymour. "The Dynamics and Morality of Violence and Aggression," *American Psychologist*, Vol. 26 (1971), 281–292.

Green, R. G. "Effects of Frustration, Attack, and Prior Training in Aggression upon Aggressive Behavior," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 9 (1968), 316–321.

Kaplan, Howard B. *Self-Attitudes and Deviant Behavior*. Pacific Palisades, Calif.: Goodyear, 1975.

Kaplan, Howard B. *Deviant Behavior in Defense of Self*. New York: Academic Press, 1980.

Lally, Ronald J., P. L. Mangione, and A. S. Honig. "Long Range Impact of an Early Intervention with Low-Income Children and Their Families," *The Syracuse University Family Development Research Program*. San Francisco: Far West Laboratory, 1987.

Toch, Hans. *Violent Man*. Chicago: Aldine, 1969.

McCord, W., J. McCord, and A. Howard. "Familial Correlations of Aggression in Nondelinquent Male Children," *Journal of Abnormal and Social Psychology*, Vol. 62 (1961), 79–93.

Monahan, J., and H. J. Steadman, "Crime and Mental Disorder: An Epidemiological Approach," in *Crime and Justice: An Annual Review of Research*, Vol. IV. Chicago: University of Chicago Press, 1983.

"Report to Attorney General John K. Van de Kamp on Patrick Edward Purdy in the Cleveland School Killings." Sacramento, Calif.: Office of the Attorney General, Oct., 1989.

Scheff, Thomas J., Suzanne M. Retzinger, and Michael T. Ryan. "Crime, Violence, and Self-Esteem: Review and Proposals," in *The Social Importance of Self-esteem*. Berkeley, Calif.: University of California Press, 1989.

La Pobreza, la Dependencia Crónica de los Servicios de la Asistencia Pública y la Autoestima

De todos los puntos examinados por el grupo de estudio, la correlación entre la dependencia crónica de los servicios de la asistencia pública y la autoestima resultó ser una de las más difíciles para definir y destacar. Al examinar los logros académicos pobres o la predisposición a una conducta criminal, por ejemplo, la autoestima pobre tiene una correlación evidente al mismo tiempo que es un resultado de esta condición. Este eslabón es más débil en lo que respecta a las personas que reciben asistencia pública. Existe la creencia de que la persona, en nuestra sociedad, que vive de los servicios de bienestar social gradualmente se considera indigno; lo que no está claro es si el tener una autoestima baja o pobre hace que la persona dependa de los servicios de bienestar social.

En 1988, el gasto federal y estatal de "asistencia pública" en California fue de $22 billones—casi el 36 por ciento del presupuesto total (Governor's Budget Act, Chapter 313, Statutes of 1988). De esa cantidad, sólo el 7.3 por ciento se dio como Ayuda a Familias con Menores de Edad a su Cargo (AFDC), el programa que más comunmente se asocia con el bienestar social (welfare); sin embargo, a esta pequeña parte se le da mucha publicidad tanto por los políticos como por los medios de comunicación. Entre otros programas que se ofrecen, utilizando los fondos del presupuesto para servicios de bienestar social están: El Ingreso de Seguridad Suplementario (SSI); los Servicios de Cuidado en el Hogar (IHSS); los beneficios del seguro contra el desempleo o la incapacidad; los servicios de salud mental; las casas de crianza; el Medi-Cal y los programas sobre la drogadicción y el alcoholismo. La gran discrepancia que existe entre la percepción del público y los hechos, refleja la profundidad y ambivalencia del sentimiento general respecto de los programas de la asistencia pública y de las personas que reciben estos servicios.

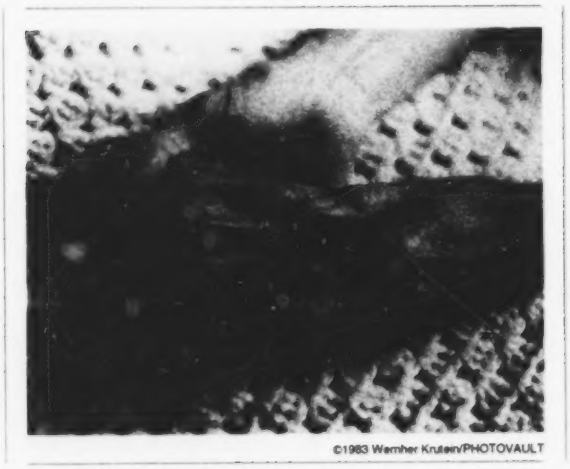
Los estadounidenses, tradicionalmente, muestran compasión por los necesitados y, como ejemplo, se puede citar el programa AFDC, cuyos pagos son establecidos por la legislatura para aliviar la pobreza de familias necesitadas. Por otra parte, muchos de estos estadounidenses se refieren a las personas que reciben servicios de bienestar social como "los que viven a nuestra costa" y "que no hacen nada para convertirse en personas de bien." La mayoría de las personas que pagan impuestos, claro está, resienten que parte del dinero que ganan con su trabajo se entregue a las personas que no trabajan y que, aparentemente, no desean trabajar. Este conflicto aún no se resuelve.

El grupo de estudio admite que el saberse uno capaz de velar por sí mismo y su familia, es un componente importante de la autoestima; también es verdad que la autoestima basada únicamente en los logros externos no conduce a la estabilidad o sosiego emocional sino que resulta en ansiedad o angustia, el afán por la competencia y las dudas de sí mismo. La autoestima sana resulta de saberse digno de la confianza que permite que la persona continúe llevando a cabo su trabajo y, no obstante experimentar dolor, fracasos o pérdidas, sigue siendo responsable de sus actos.

Aun cuando la autoestima es una decisión que cada uno de nosotros hacemos, ayuda mucho vivir en un ambiente de aceptación y estímulo. Para las personas que son criadas, o se les obliga a vivir, en un ambiente donde se les hace mofa, ridiculiza, rechaza y rebaja o degrada, es muy difícil que puedan contar con un concepto positivo de sí mismas.

De la misma forma, las personas que viven en circunstancias degradantes y pobreza no pueden desarrollar sentimientos positivos de autoestima. Un residente del condado de Humboldt hizo el siguiente comentario al grupo de trabajo: "Muchos de los problemas asociados con la autoestima (pobre) son el resultado de la pobreza que existe en nuestras comunidades. Es importante reconocer que hay una relación entre los problemas sociales y la autoestima. Es difícil pensar en la autoestima cuando se está luchando por sobrevivir." La autoestima pobre, la desesperación, y la enajenación son, con frecuencia, las circunstancias resultantes de la pobreza y la necesidad, tanto para el niño como para los padres. La posición económica holgada y la seguridad psicológica y financiera que da el tener trabajo, le facilita al niño la base esencial para su desarrollo.

En las siguientes secciones se discuten varios factores relacionados con la autoestima y la responsabilidad social y personal, la pobreza, la dependencia de la asistencia pública, el cuidado de los niños y los padres que trabajan.



No es fácil que el hombre desarrolle cualidades loables cuando está aquejado por la pobreza.

—*Juvenal*

Los Efectos de la Pobreza

Después del cuidado paterno y materno, el estado económico es el factor predictivo del bienestar de los niños en términos de salud, de logros académicos y de emociones. *Actualmente uno de cada cinco niños en California vive en una familia cuyo ingreso es menor de lo que se considera pobreza (al presente, $12,100 para una familia de cuatro personas) y muchos otros niños viven donde hay un ingreso que apenas sobrepasa la línea de pobreza.* Desde 1981, el porcentaje de los niños que viven en California ha aumentado considerablemente y lo mismo ha sucedido con la desigualdad entre los niños más pobres y los demás. Si clasificamos a los niños en grupos, éstos están en peores condiciones económicas que los grupos de adultos.

El bienestar general de un niño se afecta en términos tanto absolutos como relativos. Cuando el niño vive en la pobreza su acceso a los alimentos adecuados y a la atención médica disminuye; por otra parte, viste mal y no goza de una vivienda adecuada. Nos concentraremos entonces en el estado económico del niño. Muchos de los estudios han determinado que el estado económico de la familia es el índice más importante para que el niño pueda tener la oportunidad de triunfar y ser autosuficiente cuando sea mayor de edad. De acuerdo a un estudio hecho por PACE, un proyecto colaborativo de la Universidad de California en Berkeley y la Universidad de Stanford:

> *El estado económico de una familia a menudo determina el vecindario en que vive el niño; el acceso que haya a servicios tales como las bibliotecas, los parques y las organizaciones para jóvenes; el que reciba la atención médica que necesite y muchas otras cosas. Además, esta privación puede afectar negativamente sus aspiraciones y concepto de sí mismo.*

Lisbeth B. Schorr en su libro *A Nuestro Alcance: Eliminar el Ciclo de Desventaja y Desesperación* indica que, en el pasado, salir de la pobreza no requería triunfar en la escuela; sin embargo, los trabajos que antes hacían esto posible, ya no existen. El ingreso anual promedio de las personas que abandonan los estudios aumentó en un 18 por ciento entre 1959 y 1973 pero disminuyó un 37 por ciento entre 1973 y 1986. Esta tendencia ha dado marcha atrás y, de hecho, es el doble. Los jóvenes que abandonan sus estudios secundarios, de acuerdo a Schorr, tienen tres veces más la posibilidad de ser arrestados, dos de estar sin empleo y seis veces más de tener hijos sin estar casados.

"La idea de que en el mundo de programas sociales, nada funciona" es un mito, de acuerdo a Lisbeth Schorr. Las clínicas de salud ubicadas en las mismas escuelas reducen el porcentaje de embarazos en las jóvenes; los servicios prenatales reducen el porcentaje de los niños que pesan muy poco al nacer; el respaldo de la familia permite que a los niños no se les saque de su hogar; no se les golpee y no tengan que depender de los servicios de la asistencia pública. Asimismo, la educación preescolar de alta calidad surte efectos a largo plazo en los niños, con la correspondiente disminución de la delincuencia y del desempleo. "No sólo sabemos que (los programas sociales) funcionan, sino que sabemos cómo y por qué funcionan," dice Schorr.

Desgraciadamente, muchos de los norteamericanos viven al borde de la desesperanza—muchos de ellos debido a la pobreza; otros por su color y, en muchos de los casos, debido a ambas cosas. Nuestro deber es ayudar a reemplazar esa desesperanza con la oportunidad.

—Lyndon Baines Johnson

Estas son las características de los programas de intervención que han tenido éxito:

- Son comprensivos e intensivos. Proporcionan una gran variedad de servicios, son flexibles, se brindan en un marco tradicional, durante horas no tradicionales, y tratan a la persona o familia tal como son.
- Los programas que han tenido éxito consideran al niño como parte de la familia y a la familia como parte de la comunidad. Respaldan y colaboran con los padres y toman en consideración el mundo actual de la gente.
- El personal de los programas tiene el tiempo, la instrucción y la destreza para edificar una relación de confianza y respeto con los niños con sus familias y permiten que los niños y sus familias tengan un mejor control de su vida. Cómo se proporcionan los servicios es tan importante como cuáles son los servicios proporcionados.

Dependencia Crónica de los Servicios de la Asistencia Pública y la Autoestima

Obstaculizado por la pobreza, el valor o aprecio personal crece lentamente.

—Samuel Johnson

Las mujeres que asumen el papel de cabeza de familia se encuentran en el centro de la ambivalencia de la sociedad con respecto a los servicios de bienestar social. En una era en que las mujeres casadas trabajan fuera del hogar por lo menos una parte del día, se espera que las que son cabeza de familia lo hagan también. Tomando en cuenta lo que representa el trabajo—depender de uno mismo y la autoestima resultante, a todas las mujeres debería brindárseles la oportunidad de trabajar, juntamente con el transporte necesario para llegar al trabajo, así como el cuidado de los niños para asegurar que éstos se desarrollen debidamente.

El programa de AFDC, como existe en la actualidad, tiende a perjudicar o desalentar a las madres que trabajan, ya que drásticamente reduce los beneficios a medida que el ingreso aumenta, colocando a las personas en peor situación (sin servicios de salud ni estipendio para pagar los servicios de guardería para sus hijos) que los que continúan o permanecen dependiendo del programa de AFDC.

En un estudio hecho en 1986 por D. T. Ellwood, quedó demostrado que sólo una mujer de entre cinco que se salió del programa de bienestar social lo hizo porque su ingreso fue suficiente para tomar tal acción, y que lograr esto le tomó todo un año de trabajo o aproximadamente 2,000 horas. Para una madre soltera con niños pequeños amparados del AFDC, el obtener la auto-suficiencia económica puede no ser una meta realizable. Sin embargo, la posibilidad de trabajar, sin que se exija en términos absolutos, para ganarse el pan de cada día, debe proporcionarse, junto con el apoyo necesario para que la elección que se tome sea realizable y tenga mejor posibilidad de buenos resultados.

Algunos estudios señalan que se aceptan los servicios de la asistencia pública cuando hay cambios en la composición del hogar o la familia, más que por el nivel de ingreso. Un estudio de las causas que llevan a una familia a solicitar asistencia pública, hecho en 1983, indica que "tres cuartas partes lo hacen cuando existe un cambio por el cual la mujer se convierte en cabeza de familia mientras que sólo el 12 por ciento se debe a un ingreso menor." (Bane y Ellwood, 1983)

La pobreza no es un pecado.
—George Hebert

En el estudio hecho por Leonard Schneiderman, Decano de la Facultad de Bienestar Social de la Universidad de California en Los Angeles, se encontró que "la razón principal por la que se dejan los servicios de bienestar social es el matrimonio de las mujeres" y que "el factor de ingreso representa el 12 por ciento únicamente."

La probabilidad de permanecer recibiendo servicios de bienestar social por un período de seis años se debe a los siguientes factores: la preparación para trabajar, el número de hijos, el grado de instrucción, la edad que tenía la persona cuando tuvo el primer hijo, la actitud y la subvención que se reciba de la Asistencia Pública (welfare). También se encontró que más del 40 por ciento de las personas que reciben AFDC lo hacen por un término que no excede los cuatro años; sin embargo, casi el 25 por ciento solicita los beneficios del AFDC nuevamente en diez años o más. El solicitar estos beneficios ocasionalmente es normal; el recibir estos servicios permanentemente no lo es. "La fluctuación del número de personas que entran y salen de las filas del bienestar social es considerable." (Duncan y Hoffman, 1987)

En uno de los estudios se evaluó el fenómeno del estigma o sea el hecho de que las personas que reciben los servicios de bienestar social "incorporan el punto de vista negativo que los demás tienen de ellos y esto reduce más aún la valorización de sí mismos" (Nichols-Casebolt, 1986); en otras palabras, el solicitar servicios de bienestar social se relaciona con una disminución psicológica del bienestar del solicitante.

Aun cuando inconclusa, la evidencia indica que la dependencia crónica de los servicios sociales, con el correspondiente deterioro de la autoestima es más fuerte que la evidencia que la relacionaba con la condición previa de la autoestima. Es fácil de ver cómo la carencia material—nivel de pobreza—así como otros factores externos asociados con el bienestar social, pueden resultar en consecuencias psicológicas. T. J. Kane (1987) dedujo que el abuso y la pérdida de control que se asocian con los niveles crónicos de pobreza pueden crear una disfunción psicológica como lo es la desesperanza.

Los pobres en general y las personas que reciben los servicios de bienestar social en particular, pasan también por circunstancias burocráticas sobre de las cuales no tienen ningún control. Después de un tiempo, cuando se presenta una oportunidad sobre la cual ellos podrían tomar una decisión, por regla general no lo hacen. La desesperanza que han aprendido se convierte en una barrera que no les permite superar su condición. Por lo tanto, los cambios estructurales tal vez no sean suficientes para promover la independencia entre los individuos que dependen de los servicios de la asistencia pública.

El Cuidado de los Niños y los Padres Que Trabajan

De acuerdo a lo publicado en la Campaña de Acción y Cuidado de Niños, únicamente el 7 por ciento de todos los hogares de Norte América puede llamarse la familia "tradicional" norteamericana: la madre en el hogar cuidando a la familia y el padre trabajando ("Investing in Our Children,"

1985). En más del 60 por ciento de las familias, hay dos o más personas que ganan un sueldo y el 54 por ciento de las mujeres también trabajan. Estas estadísticas demuestran la necesidad de hacer cambios. El Departamento de Trabajo de los Estados Unidos indica que existen más de 20 millones de familias en los Estados Unidos con niños de trece años o menores y, por consiguiente, existe la necesidad de emplear a personas que cuiden a los niños.

El interés en los programas para niños menores en los Estados Unidos resultó de la creciente necesidad de los servicios de guardería y del deseo de aminorar las consecuencias dañinas que acarrea tener una niñez pobre, según el estudio hecho por "High/Scope Foundation's Perry Preschool," el cual demuestra los posibles beneficios de los programas de buena calidad para niños de tierna edad escolar. (Berrueta-Clement y otros, 1984) En este estudio se escogieron a niños pobres de tres y cuatro años de edad y se les asignó a un grupo que asistía a este programa o a otro grupo que no lo hacía. Un estudio posterior demostró que de los niños que participaron en este programa, la mayoría de ellos sabía leer, trabajaba y estaba matriculado en estudios secundarios. También redujo el porcentaje de personas que abandonaron sus estudios, a las que se les calificó de retardados mentales o las que se incorporaron a las filas de los servicios de bienestar social.

Es difícil concebir que la sociedad pudiera obtener una ganancia mayor, por cada dolar invertido, que la ganancia que resulta de invertir en programas preescolares para los niños de hogares pobres.

—Invirtiendo en Nuestros Hijos (Investing in Our Children [1985])

Un análisis sobre el costo/beneficio económico del Programa en la Preprimaria Perry y sus efectos a largo plazo demostró que este programa puede ser una excelente inversión para la ciudadanía que paga impuestos, ya que se obtiene una retribución de $6 por cada dólar en programas de un año y $3 más por cada dólar en programas de dos años.

Otros estudios de programas similares corroboran que dichos programas tienen buenos resultados a corto, medio y largo plazo. Con estos programas se ayuda a los niños social e intelectualmente cuando empiezan la escuela; posiblemente les ayude a tener más éxito en la escuela, y a lograr una relación socio-económica fructífera, así como desarrollar responsabilidad social. Sin embargo, a pesar de estos resultados, de cada tres niños pobres, ni siquiera uno de ellos tiene la oportunidad de participar en estos programas.

Estos resultados corresponden a los niños que viven en la pobreza y que están a punto de fracasar en sus estudios. Hay menos evidencia de los beneficios de los programas preescolares en lo que respecta a los niños que no son pobres y que no están a punto de reprobar. Es de suponer que los beneficios que reciben los niños pobres también los recibirían aquéllos de la clase media aunque sea en grado menor.

Solamente en los buenos programas preescolares se obtuvieron resultados favorables. Dichos programas integran los siguientes elementos: la formulación de cursos de estudio y de métodos de evaluación correspondientes, la formación de equipos docentes preparados para instruir a los niños de tierna edad, la instrucción continua de dichos equipos y el apoyo y la dirección administrativos de carácter progresivo. En las clases, hay dos adultos y menos de veinte niños y se está haciendo el esfuerzo para que los padres participen con sus hijos en calidad de

compañeros. Los programas de esta categoría son más provechosos económicamente que los programas baratos y deficientes.

Resumen de Servicios de la Asistencia Pública y la Autoestima

La situación económica de cada familia o persona, influencia considerablemente no sólo la clase de vida que lleva, sino también su bienestar espiritual y emocional. A muchos de los problemas se les asocia con la desconformidad en el trabajo, o la falta de trabajo. En casos menos severos, los problemas están relacionados con la tensión que da la desconformidad y las condiciones de trabajo desagradables. En casos extremos, la tensión que acarrea la pobreza puede dar paso a la ignorancia, a la cólera y a la desesperación—y el efecto inevitable: una baja autoestima.

Con las recomendaciones que siguen, el Comité busca el reconocimiento de los cambios en la composición de la familia a fin de establecer las condiciones económicas y de trabajo para que los padres solteros, así como las familias cuya estabilidad peligre, establezcan ambientes hogareños que fomenten el desarrollo pro-social y la autoestima.

Recomendaciones Claves sobre los Servicios de Bienestar Social y la Autoestima

1. Apoye y ponga en marcha los programas que facilitan la autoestima, así como la responsabilidad, entre las personas amparadas a largo plazo por la asistencia pública, a fin de que puedan valerse por sí mismas e independizarse.
2. Apoye los programas de ayuda y de asistencia, tales como el AFDC para que los padres solteros creen un buen ambiente en el hogar y para que se les brinden servicios optativos tales como la instrucción en la crianza de los hijos, la forma de lograr su independencia económica, la asesoría educacional y vocacional y las opciones para el cuidado de los niños.

Recomendaciones Condensadas sobre los Servicios de Bienestar Social

1. Apoyar los programas encaminados a ayudar a las personas que reciben los servicios de bienestar social para que se independicen.
2. Fomentar programas que enseñen cómo ser buenos padres.
3. Fomentar programas de asesoría por compañeros o semejantes.
4. Dar clases sobre la autoestima al personal que trabaja directamente con las personas que reciben servicios de bienestar social.
5. Establecer programas de reforma en los servicios sociales para lograr cambios de actitud y aumentar la motivación.
6. Brindar alicientes para que las comunidades y los comerciantes trabajen unidos para fomentar los programas para la juventud.

Recomendaciones, Explicación, y Ejemplos de Programas de Asistencia Pública y de la Autoestima

RECOMENDACION 1

Apoyar aquellos programas encaminados a ayudar a las personas que reciben servicios de bienestar social para que se independicen.

Apoye e implemente programas que ayuden a que las personas que reciben los servicios de bienestar social a largo plazo desarrollen su autoestima y responsabilidad a fin de que puedan valerse por sí mismo e independizarse.

La reincidencia de la dependencia de los servicios de bienestar social entre generaciones, es un tema de considerable interés tanto fiscal como político. Hay personas que consideran la pobreza y los servicios de bienestar social como una "desesperanza adquirida" que se transmite de padres a hijos. Por asociación, los fracasos de los padres pueden ser transmitidos a los hijos en forma de una débil autoestima, de un carácter débil y de una actitud "destinada al fracaso."

Para romper este círculo vicioso, es necesario proporcionar empleos a las personas que reciben los servicios de bienestar social, con un ingreso suficiente para que puedan pagar el cuidado de los niños, el seguro médico y otras necesidades básicas. Siempre que se le brinde atención médica al niño (desde tierna edad), se le eduque y se le alimente bien, le garantizamos a cada niño del estado de California un buen principio en la vida.

El programa AFDC debe tomar en cuenta los cambios necesarios en las normas de los programas, a fin de proporcionar los ingresos suplementarios para el cuidado de los niños y para las estampillas

destinadas a la compra de alimentos, hasta que la persona que encabeza la familia gane lo suficiente por su cuenta para cubrir dichas necesidades. Si estuvieran seguros que sus hijos continuarían recibiendo estos beneficios, muchas de las personas que reciben asistencia pública estarían trabajando hoy en día y dando un ejemplo más positivo a sus hijos y, como resultado, fomentando el desarrollo del carácter y de la responsabilidad personal.

- **Los Programas de Salud para los Indios** (Indian Health Program) (Rural and Community Health Division, 714 P St., Room 576, Sacramento, CA 95814 [916] 323-7433): Este programa proporciona asistencia técnica y financiera a las clínicas que proveen a los Indios de Norteamérica con servicios médicos fundamentales así como servicio dental. Este programa aboga por los servicios de los Representantes de Salud de la Comunidad (CHR) e invita a los indios a convertirse en una parte vital de este sistema. Este programa provee empleos y oportunidades promocionales para los indios en comunidades donde hay una tasa alta de desempleo.
- **El Club de Empleos** (The Job Club). Muchas de las personas que trabajan con los individuos que reciben beneficios de GAIN creen que la autoestima desempeña un papel más importante en la obtención de empleo que los conocimientos o la experiencia laboral. Se robustece la autoestima durante la etapa del programa llamada El Club de Empleos. En estos clubes o grupos de estudio de tres semanas de duración, los participantes aprenden las técnicas para buscar trabajo y después las aplican para obtener empleo. Sin embargo, aun cuando estas enseñanzas son útiles, el beneficio real resulta cuando se logra elevar la autoestima y motivar a los participantes.

RECOMENDACION 2

Fomentar los programas que les enseñan a los padres de familia cómo ser buenos padres.

Fomente los programas de ayuda, tales como AFDC, para que los padres solteros creen un buen ambiente en el hogar, brindándoseles servicios optativos como la instrucción en la crianza de los hijos, la independencia económica, la asesoría educacional y vocacional y las posibilidades que existen para el cuidado de los niños.

Hay que pedir al programa de AFDC que desarrolle o colabore con los programas de apoyo establecidos para resolver las necesidades de los padres solteros con niños pequeños. Esto reafirma el papel principal que el padre/la madre tiene en el desarrollo de la autoestima y la responsabilidad social de sus hijos.

Las familias encabezadas por una mujer soltera son las más pobres de todos los grupos demográficos en los Estados Unidos, sin importar el sistema que se use para medir la pobreza. Su estado económico comparado con el de otros grupos, digamos los ancianos y los incapacitados, ha declinado en forma constante en las últimas dos décadas. La mayoría de las madres solteras no recibe ninguna ayuda de los padres de sus hijos y gana un salario más bajo que otras mujeres. Estos ingresos no son suficientes para mantener a los hijos y sobrepasar el nivel de pobreza.

Una mujer soltera con niños pequeños tiene que representar dos papeles: ser la que gana el sustento y criar a los hijos. Pero no le es posible, simultáneamente, trabajar para ganar un sueldo y estar en la casa dando a los hijos el cuidado y cariño que necesitan, así como participar en su educación. Por lo tanto, debemos balancear nuestro respaldo para emplear a las personas que reciben servicios de bienestar social, a fin de crear hogares en los que los niños puedan desarrollar la autoestima y convertirse en adultos responsables. Debemos fomentar programas que tomen en cuenta las etapas de la vida, brindando alternativas que incluyan empleo de horario parcial o completo, prestaciones suplementarias, ayuda financiera para que las madres terminen su instrucción, y guarderías para los niños durante sus primeros cinco años de vida.

Un experimento longitudinal llevado a cabo por el Programa de Investigación del Desarrollo de la Familia por la Universidad de Syracuse (Lally y otros, 1987) pone énfasis en la importancia de los padres en el desarrollo de los hijos. Este programa se implantó a fin de "mejorar el bienestar de los niños que nacen en hogares donde los beneficios que da el dinero, la educación y el estar empleado, no existen." De las 108 familias que se escogieron para este estudio, el 85 por ciento de ellas tenían sólo uno de los padres como cabeza de familia. De acuerdo con este reporte:

> *La premisa principal de FDRP fue que los padres son los primeros maestros y las personas que dan cariño en la vida de un niño. Una relación afectuosa e interpersonal con el padre o la madre, hace un impacto tremendo en la motivación y capacidad del niño para aprender. Por lo tanto, el mayor énfasis del programa fue aumentar la inter-relación de la familia.*

Los resultados a largo plazo fueron excepcionales. Haciendo una comparación de los problemas que resultaron en el grupo de jóvenes que no participó y el costo de las dependencias que se encargan del cumplimiento de la ley, el número fue diez veces mayor en el grupo no participante.

- **Proyecto para Confiar en Sí Mismo** (Project Self-Reliance) (150 West Cerritos, Building #4, Anaheim, CA 92805 [714] 772-8285): Este programa, ubicado en el centro para vivir independientemente, procura mejorar la autoestima de los incapacitados (minusválidos), instruyéndolos para que tengan confianza en sí mismos, a fin de que puedan buscar empleo y vivienda; asimismo, se espera que puedan conseguir el transporte que necesiten y administrar sus fondos personales. Cuando se les enseña a tener control sobre su vida, se crea una base sólida para mayores logros futuros.

RECOMENDACION 3

Fomentar programas de asesoría por compañeros.

Fomente programas de ayuda y apoyo para la formación de grupos de asesoría por compañeros que fomenten el aprendizaje, la confianza en sí mismo y la motivación.

GAIN, la versión estatal de la ley nacional "JOBS" (programa de empleo y asistencia pública) estipula la participación de los beneficiados por la asistencia pública mayores de tres años) en un programa de instrucción general y de aprendizaje de oficios, así como clases para aprender a solicitar empleo. Dado que la mayoría de las personas que reciben bienestar social no es muy instruida, tiene poca experiencia en empleos y carece de confianza en sí misma, el concepto primordial a enseñársele es la autoestima.

Afortunadamente, el programa GAIN y la estructura que lo respalda, permite los grupos de apoyo para fomentar la autoestima y la responsabilidad social y personal. En algunos condados, como Napa y Los Angeles, los componentes de los programas modelos han estado integrados por: la búsqueda y solicitud de empleos, la experiencia o conocimiento laboral, la instrucción y entrenamiento. Estos mismos los puede ofrecer el departamento de bienestar social local o cualquier otra organización comunitaria. El personal de los grupos de apoyo debe conocer las barreras que enfrentan los beneficiados por la asistencia pública. Los grupos de apoyo de GAIN facilitan la forma por la que la esperanza de encontrar empleo se hace realidad.

- **GAIN** (Policy Implementation Bureau, Department of Social Services, 744 P St., Sacramento, CA 95814. Comuníquese con el Departamento de Bienestar del Condado.): El programa estatal de reforma de la asistencia pública reconoce el papel desempeñado por la autoestima o amor propio cuando el individuo se independiza al colocarse en un empleo. Entre los servicios que se brindan están: la búsqueda y solicitud de empleo, una instrucción básica para los adultos, el entrenamiento en el trabajo, los cursos de inglés como segundo idioma, la evaluación e instrucción vocacional, los empleos transitorios, el cuidado de los niños y los medios de transporte. Todas las personas que reciban asistencia pública tienen que estar matriculadas en la escuela, recibir entrenamiento de trabajo o estar buscando empleo.
- **El Programa GOALS (Metas)** (The GOALS Program) (Foundation for Self-Esteem, 6035 Bristol Parkway, Culver City, CA 90230 [213] 568-1505): Como componente del programa GAIN, fomenta la autoestima e imparte clases de motivación/animación. Establecido por la Fundación en Pro de la Autoestima, el programa procura desarrollar el amor propio, la autosuficiencia y la motivación en las personas beneficiadas por la asistencia pública. Por otra parte, los prepara para que sepan procurar y retener el empleo. El programa incorpora una cinta de video de tres horas y media, un folleto titulado "Guidebook to Personal Success" y una cinta magnetofónica de una hora, titulada "GOALS: Guide to Personal Success." Las personas que reciben asistencia pública participan en un programa de entrenamiento que dura dos días y las actividades sucesivas se encuentran en el manual de la persona que dirige el grupo de estudio. En el otoño de 1990, este programa podrá ofrecerse en varios idiomas.

Dar clases sobre la autoestima al personal que trabaja directamente con las personas que reciben servicios de bienestar social.

La dignidad de las personas que reciben asistencia pública debe salvaguardarse por medio de clases de autoestima destinadas al personal que atiende a dichas personas.

Por un lado, encontramos el estereotipo del tratamiento impersonal y la indiferencia hacia las personas que reciben asistencia pública por parte de los empleados de estas dependencias. Por el otro, muchos de los empleados cuya función es verificar si la persona llena los requisitos para recibir los servicios, se encuentran vigilados por los que establecen las normas e instados por las personas que urgentemente necesitan los beneficios AFDC. Este programa se complica aún más con el cambio demográfico de la gente en California y la necesidad para estar más familiarizado con las nuevas culturas, así como comunicarse en otros idiomas. Existe una gran necesidad para establecer las normas y la instrucción necesarias que tome en cuenta la dignidad de ambos, las personas que participan en los programas y el personal que imparte la asistencia pública.

En algunos condados de California se ha empezado a reconocer la importancia de los servicios que los empleados de habilitación proporcionan e, inclusive, han tomado medidas para mantener este respaldo, dando una mayor importancia y reconocimiento a los trabajos de estas personas.

- **Asociación Nacional de Empleados de Habilitación (los que determinan quién debe recibir los beneficios de la asistencia pública)** (National Eligibility Worker Association) (Brenda Crawford, President, Box 1616, Beckley, WV 25802-1615 [304] 348-8290): Este grupo reconoce y promueve la profesión del empleado de habilitación, el cual atiende a las personas que reciben asistencia pública; toma en cuenta la indispensable y difícil labor que cada uno de ellos desempeña, a fin de que haya mayor comprensión por ambas partes, el empleado y el que recibe la asistencia pública.
- **Respeto, Integridad, Dedicación y Excelencia Profesional (PRIDE)** (Professional Respect Integrity Dedication Excellence (PRIDE) (Mendocino County Department of Social Services, Dennis R. Denny, Courthouse, Ukiah, CA 95482 [707] 463-4588): Este programa propone una serie de metas personales e imparte la instrucción necesaria para motivar a los trabajadores sociales, a fin de que se conduzcan cortés y profesionalmente; asimismo, se procura se esmeren en su trabajo y sean capaces de resolver los conflictos y problemas de forma positiva. Por otra parte, se reconocen los esfuerzos de estas personas, al mismo tiempo que se les invita a aprender, de una forma constructiva, cómo superar sus errores.

Establecer reformas en los servicios sociales, a fin de lograr cambios de actitud y motivar a las personas que reciben asistencia pública.

Solicite al Departamento de Servicios Sociales que introduzca reformas en los programas de bienestar social, a fin de ofrecer programas que motiven y fomenten la autosuficiencia, la autoestima y la responsabilidad social y personal.

Gran parte del debate actual sobre las reformas a la asistencia pública, gira en torno a los ingresos que las familias pobres podrán recibir del empleo, de las subvenciones de familia y de la transferencia de ingresos. La AFDC, sin embargo, redujo el nivel de pobreza por sólo un 4 por ciento en 1985 y el promedio de tiempo que las familias reciben estos beneficios es de casi siete años. El programa de AFDC ha sido, esencialmente, un pago al contado que no ayuda a los que lo reciben a superar las barreras que estorban la autosuficiencia, tales como la deficiencia lingüística o de expresión, el no tener ninguna destreza para trabajar, la necesidad de guarderías para el cuidado de los niños y las enfermedades. Igualmente, no hace nada para remediar la pobreza de los niños. Los estudios hechos, además, indican que los que dependen crónicamente de la asistencia pública, con toda probabilidad, llegan a sentir que carecen control de su vida personal. La meta que se había fijado no se ha materializado; se deben hacer cambios para que los niños pobres y sus familias se eleven por encima del nivel de pobreza y adquieran un sentido de autosuficiencia.

Algunas de las personas que reciben asistencia pública llegan a aumentar su ingreso cuando trabajan, siempre que reciban los beneficios de guardería para sus hijos y se les imparta la instrucción necesaria, incluso los servicios de asesoría y colocación. En los programas de entrenamiento para conseguir trabajo se incluyen componentes psicológicos y de motivación, diseñados para operar un cambio en la actitud y aumentar la motivación; no obstante, estos servicios no deben substituir a las nuevas e importantes oportunidades de cambio que se presenten. A fin de reducir la dependencia de los servicios de bienestar social y la pobreza, debemos procurar que el ingreso de las familias (o una combinación de subvenciones y beneficios públicos) se eleve por encima del nivel de la pobreza.

Los programas que ponen énfasis en el trabajo para aumentar el ingreso con sueldos y salarios, tiene un mayor impacto en la motivación y la autoestima de las personas. Debe haber empresas que empleen a las personas que reciben asistencia pública con conciencia de las necesidades que aquejan a este grupo de personas, a fin de entrenar y estimularlas. Por otra parte, es necesario impartirles buenos hábitos y valores que pongan fin a su dependencia de la asistencia pública. Cuando se brinda instrucción y adiestramiento, bien como servicios médicos y sociales de primera categoría, tanto los padres como los hijos están derivando un bien incalculable, más allá de lo que proporciona un empleo.

Brindar alicientes para que las comunidades y los comerciantes trabajen unidos para fomentar los programas destinados a la juventud.

Establezca alicientes económicos para las organizaciones del sector privado y las de la comunidad, a fin de fomentar la autoestima con el establecimiento de programas de entrenamiento para la juventud.

Las asociaciones del sector privado, así como las de la comunidad, pueden ser muy eficaces en la enseñanza de las habilidades relacionadas con los trabajos para los jóvenes. Algunas compañías han costeado programas, tanto en el lugar de labores como en la comunidad, proporcionando, a menudo, la dirección y la organización necesarias, bien como el personal instructivo dispuesto a servir a los jóvenes. Tanto las firmas como los jóvenes adquieren un amplio sentido de autoestima al trabajar juntos en estos proyectos y, a la vez, aprenden nuevas habilidades. Además, las compañías, como es natural, tienen interés en estos jóvenes quienes, un día, entrarán al mercado laboral.

- **El Programa Génesis** (Genesis Project) (Frieda Gehlen, Ph.D., Program Director, Education and Health Care, Los Angeles Chamber of Commerce, 404 South Bixel St., Los Angeles, CA 90017-1487 [213] 629-0620): Este programa del Departamento para el Fomento de Empleos es un esfuerzo cooperativo entre los jóvenes, seis escuelas de la ciudad, los padres de familia y los comerciantes de la localidad cuyo propósito es alentar a los jóvenes a que permanezcan en la escuela, proveyendo oportunidades de trabajo o becas cuando terminen sus estudios.
- **Servicios Internacionales Empresariales de la Juventud (YES)** (Youth Entrepreneurial Services (YES) International (Kathleen Sullivan, 262 Grand Ave., Suite 200, Oakland, CA 94610 [415] 893-2843): Este programa, sostenido por individuos, empresas, fundaciones y agencias gubernamentales, fomenta la creación y administración de negocios operados por jóvenes; es una institución filantrópica interesada en el empleo de la juventud. YES enseña cómo ser un ciudadano responsable, y cómo participar en el funcionamiento del gobierno, por medio de la instrucción empresarial, el desarrollo de negocios y la asesoría.
- **EDIFIQUE** (BUILD) (Sonny Walker, EDD Project Director, 1355 E. 114th St., #906, Los Angeles, CA 90059 [213] 567-4552): El Departamento para el Fomento de Empleos patrocina este programa, dirigido hacia la comunidad ampliamente desempleada de la zona sud-central de Los Angeles en donde muchos de los residentes tienen una autoestima muy pobre de ellos mismos debido a su historial de desempleo y por otras razones. El proyecto BUILD brinda la instrucción necesaria en estos sitios, asesoramiento sobre carreras y trabajos, cursos intensivos (seminarios) sobre empleos y asesoramiento particular, a fin de ayudar a los residentes a obtener las destrezas y la confianza necesarias para romper el círculo de desempleo.

Libros de Consulta sobre los Servicios de Bienestar Social y la Autoestima

Bane, Mary J., and D. T. Ellwood. *The Dynamics of Dependence: The Routes to Self-Sufficiency*. Cambridge, Mass.: Urban Systems Research and Engineering, 1983.

Berrueta-Clement, J. R., L. J. Schweinhart, W. S. Barnett, A. S. Epstein, and D. P. Weikart. *Changed Lives: The Effects of the Perry Preschool Program on Youth Through Age Nineteen*. Ypsilanti, Mich.: High/Scope Educational Research Foundation, 1984.

Duncan, Greg J., and S. D. Hoffman. "The Use and Effects of Welfare: A Survey of Recent Evidence." Ann Arbor, Mich.: Institute for Social Research, University of Michigan (Transcript), 1987.

Ellwood, D. T. "Working Off Welfare: Prospects and Policies for Self-Sufficiency of Female Family Heads." Cambridge, Mass.: John F. Kennedy School of Government, Harvard University (Transcript), 1986.

"Investing in Our Children." New York: Child Care Action Campaign, Committee for Economic Development, 1985.

Kane, T. J. "Giving Back Control: Long-Term Poverty and Motivation," *Social Service Review* (September, 1987), 405–419.

Kirst, Michael, et al. *Conditions of California Children*. Berkeley, Calif.: Policy Analysis for California Education, University of California, Berkeley, 1989.

Nichols-Casebolt, A. "The Psychological Effect of Income Testing Income-Support Benefits," *Social Science Review* (June, 1986), 287–302.

Schneiderman, Leonard, Walter M. Furman, and Joseph Weber. "Self-Esteem and Chronic Welfare Dependency," in *The Social Importance of Self-Esteem*. Berkeley, Calif.: University of California Press, 1989.

Schorr, Lisbeth B., and Daniel Schorr. *Within Our Reach: Breaking the Cycle of Disadvantage and Despair*. New York: Doubleday , 1988.

El Lugar de Trabajo y la Autoestima

Aún cuando el Comité no se había propuesto introducir la autoestima en los lugares de trabajo, se dio cuenta que con frecuencia, cuando se reunían en audiencias o juntas, se les pedía lo hicieran, así como que hablaran de experiencias propias. Los miembros que integran el Comité esperan que la breve presentación que se hace enseguida sirva para iniciar un diálogo que conduzca a aumentar la autoestima y la responsabilidad en el trabajo.

Los californianos, en sus varios niveles económicos, están de acuerdo que la autoestima en el lugar de trabajo ejerce una influencia considerable, tanto negativa como positiva, en los seis problemas sociales que fueron los que se asignaron al comité para su investigación. La situación en el trabajo afecta directamente nuestra autoestima, nuestro ingreso anual y nuestra actitud; asimismo, dicha situación afecta nuestra salud, la rutina diaria que llevemos y el acceso a ciertos recursos. Al mismo tiempo, esto tiene un efecto directo en nuestra vida personal, en nuestra vida familiar y en la vida de nuestros hijos.

Como se ha probado en otras secciones de este reporte, las empresas también proveen oportunidades vitales para el entrenamiento de los jóvenes y los introducen a programas que fomentan la autoestima y la responsabilidad social y personal. El Sr. Richard Khamsi, secretario-tesorero de un sindicato de trabajadores, se expresó así en una de las reuniones:

> *En un país como el nuestro donde el deporte es competitivo, la economía es competitiva y su sistema educativo es competitivo, debemos recordar que somos miembros de una humanidad de seres humanos. Debemos tener presente que todos le debemos algo a los demás.*

La Importancia de las Decisiones Empresariales para la Autoestima

La mayoría de las compañías entrenan a sus empleados con regularidad por medio de cursos de estudio, seminarios y grupos de estudio. Algunas de estas compañías ofrecen programas para ayudar a combatir la drogadicción, el alcoholismo, la reducción de tensiones, la salud física, la orientación en momentos de crisis y el desarrollo personal. Estos programas ayudan a que en los lugares de trabajo se fomente la autoestima y la responsabilidad social y personal.

El Comité reconoce el mérito de las compañías en California que hacen lo posible por mejorar la vida de las personas de su comunidad. El ayudar, emplear y entrenar a las personas demuestra que se les respeta y acepta y éstas, a su vez, asumen la responsabilidad social y personal que les corresponde.

Además de los beneficios económicos, el trabajar con entrega y esmero brinda recompensas intrínsecas, como lo es la confirmación de nuestra propia dignidad, la confianza en sí mismo, y la autoestima. No se trabaja únicamente para ganar dinero sino para robustecer el valor propio del individuo. Cuando el individuo usa sus destrezas particulares, así como su experiencia y conocimientos, obtiene un sentido de identidad derivado del trabajo; asimismo, es reconocido y apreciado en su comunidad. El sueldo o salario da a la persona un sentido de independencia y autosuficiencia y estos elementos fomentan la autoestima.

Por otra parte, otras condiciones de trabajo contribuyen a los sentimientos de desavenencia, frustración y descontento. De acuerdo a Sharon Faret, profesora en administración, esto empieza con los funcionarios más importantes:

> *No dudo en absoluto que los funcionarios y el consejo administrativo, así como la misión de la empresa, fijan el clima y temperamento de un ambiente que puede propiciar el temor o la autoestima positiva.*

Estos factores o suposiciones afectan de forma contundente la actitud de la administración, así como las normas establecidas para tomar decisiones. Douglas MacGregor (1960) elaboró dos categorías con respecto a la teoría administrativa:

La Teoría X: El ser humano promedio tiene aversión al trabajo y, de ser posible, lo evitará. Con esta personas, por lo tanto, hay que usar coerción o control.

La Teoría Y: El ser humano promedio se da cuenta que el desgaste tanto físico como mental en el trabajo es tan natural como jugar o descansar. Bajo condiciones propicias, a la persona le gusta tomar la responsabilidad.

MacGregor describe, en términos de negocio, el debate que siempre ha existido con respecto a la naturaleza de los seres humanos. Dependiendo de la actitud que decidan tomar, los gerentes motivan a sus subordinados, ya sea con exigencias y amenazas, o con aliento, agradecimiento y entusiasmo.

Muchas compañías y gerentes emplean ambas actitudes hasta cierto punto. Cuando se revisan las reglas y costumbres de la compañía para conformarlas con la teoría Y, esto apoya, ciertamente, el amor propio o la autoestima del individuo. Sin embargo, así como ocurre en la educación de los hijos, el manejo eficaz del personal de una empresa requiere más que los métodos destinados a fomentar la autoestima. Para que un negocio opere bien es necesario que haya una comunicación abierta entre todos los sectores de la organización así como entre la compañía y su clientela.

Por regla general . . . el individuo necesita sentirse bien de sí mismo. Por lo tanto, gran parte de lo que los trabajadores hacen y creen, está al servicio de su propia autoestima.

—*Joel Brocker, en* Self-Esteem at Work

©1986 Werner Krutein/PHOTOVAULT

Toda persona, ya sea cliente, empleado o miembro de la comunidad, por más humilde que sea, puede aportar algo importante a los negocios y al mundo. Al proporcionar acceso a las oportunidades y empleos en las empresas, las compañías de California ponen de manifiesto que aprecian el valor de cada persona, sin importar sus atributos personales o sus antecedentes. Las ganancias de las personas se suman a las ganancias económicas o financieras cuando sabemos que en los lugares donde trabajamos se nos tiene en alta estima.

Cómo Comunicarse en el Empleo

Al nacer no contamos con la habilidad para comunicarnos, y cuando pasamos a ser empleados no todos hemos aprendido a comunicarnos eficazmente. Teniendo esto en cuenta, las empresas o negocios pueden tratar, simultáneamente, la problemática de la productividad y la responsabilidad social. Pueden instruir a sus empleados—supervisores y empleados—para que aprendan las formas de la comunicación efectiva y cómo incrementar la autoestima, a fin de llevar armoniosamente y resolver los conflictos o problemas. De esta forma se van rechazando las prácticas o políticas opresivas toleradas en algunas compañías para crear un ambiente laboral en el que se aprecia y reconoce el trabajo del individuo.

La habilidad para comunicarse es sólo un ejemplo de cuán dramáticamente podemos mejorar nuestros lugares de trabajo en el estado. Tom Peters, un filósofo de negocios y teorista, en su libro intitulado *Thriving in Chaos* (1987) brinda una receta para revolucionar los negocios. El objetivo es fomentar la autoestima del individuo y hacer que la responsabilidad personal y social de la persona sea el sello de los negocios en este país. Hé aquí sus puntos más importantes:

1. Involucrar a todo el mundo en todo.
2. Utilizar equipos para enseñar el control personal.
3. Escuchar, reconocer y alabar.
4. Invertir suficiente tiempo para reclutar.
5. Entrenar y volver a entrenar.
6. Brindar estímulos en salarios para todos.
7. Brindar las garantías de trabajo.
8. Simplificar y reducir la estructura.
9. Reestructurar el papel del administrador intermedio.
10. Eliminar las reglas burocráticas y las condiciones humillantes.

El Sr. Peters presenta la siguiente interrogante: "¿Cómo puede usted humillar y rebajar a una persona y esperar que a ésta le importe mucho la calidad del producto?" Lo que estamos tratando de lograr es eliminar todas las formas en que nuestra sociedad sanciona y humilla a sus miembros. El análisis que Peters hizo del lugar del trabajo está relacionado igualmente con otras instituciones de nuestra sociedad.

La Importancia del Lugar de Trabajo

Los cambios positivos en el lugar de trabajo tienden a mejorar las operaciones diarias de la mayoría de los californianos. Si las compañías

más importantes humillan a sus empleados, ¿de dónde vamos a sacar el núcleo crítico de seres humanos responsables y con amor propio que necesitamos para establecer las atenciones, el cariño y las acciones claras y transparentes necesarias para combatir la drogadicción, la criminalidad y la violencia, el maltrato de los niños y de esposas, la inhabilidad para aprender en la escuela, la dependencia crónica de los servicios de bienestar social, el embarazo entre las jóvenes adolescentes y otros problemas sociales? Las palabras, hechos y políticas que dañan, refrenan, controlan o quebrantan el espíritu, destruyen nuestra dignidad y esperanza.

Las necesidades económicas de los trabajadores son tan importantes como ganar un salario justo. J. L. Wyatt, en 1988, escribió que "los estudios sobre el desarrollo de las organizaciones indican una tendencia estable de un creciente número de personas para quienes la satisfacción en el trabajo es más importante que el dinero y la seguridad . . ." Los factores a tomarse en cuenta son el reconocimiento, la participación en la toma de decisiones, la flexibilidad en su profesión y el desarrollo individual. O, como lo expresó Don Albright al consejo de estudio:

> *Otro aspecto importante es el que el empleado se sienta que forma parte del esfuerzo general permitiéndosele un papel activo en la toma de decisiones . . . La autoestima puede destruirse fácilmente cuando se brinda un reconocimiento superficial, azucarado pero sin substancia; o sea que se reconoce al individuo sin saber exactamente lo que éste ha hecho. Se intenta engañar sin lograrlo. Una postura autocrática y autoritaria, asimismo, puede destruir la autoestima, así como humillar al individuo ante sus semejantes . . . Toda norma rígida o inflexible perjudica el amor propio o autoestima.*

El trato justo es una meta loable; sin embargo, las reglas inflexibles no necesariamente pueden considerarse justas. El tomar decisiones de una por una requiere más tiempo, pero el resultado justifica este método, ya que la satisfacción de los empleados así como la autoestima mejora, los cambios entre el personal disminuyen y la productividad aumenta. El objetivo de la flexibilidad de la compañía, es demostrar que aprecia a sus empleados (o abastecedores, clientes, así como las comunidades). Este respeto, por regla general, se vuelve mutuo y echa hondas raíces.

Los métodos y objetivos de los negocios han influenciado nuestra cultura y la mayoría de nuestras instituciones—académicas, militares, religiosas, gubernamentales y sociales. De acuerdo a Herzberg (1966), aun conflictos internacionales son ahora un concurso de fuerza económica y administrativa más que un reto militar directo. El poder del sector empresarial para influenciar la sociedad y para enfrentar las lacras o defectos sociales es, con toda probabilidad, mayor ahora que en otros tiempos.

El punto en cuestión es cómo hacer extensivo lo mejor de estos métodos, recursos y procedimientos para la resolución de problemas, a fin de promover el amor propio, la responsabilidad social y mejorar la vida de los trabajadores; por otra parte, se procura promover la conducta responsable del individuo ante su familia y su comunidad.

Sorprenda a las personas haciendo algo bien hecho.

—*Ken Blanchard, en* The One Minute Manager

La Importancia del Cuidado de los Niños

La problemática de las guarderías para el cuidado de los niños se ha convertido en una de las formas por las que los patronos de este país pueden, socialmente, respaldar a las familias norteamericanas. Teniendo en cuenta el número de padres de familia que deben confiar a otros el cuidado de sus hijos, y la relación que existe entre el desarrollo del niño en sus primeros años y la autoestima, la disponibilidad de guarderías para los niños requiere la esmerada atención tanto del público como del sector privado.

Ya que las preocupaciones de las empresas y los padres respecto del cuidado de los niños se han acrecentado, los patronos han empezado a reconocer que también ellos se benefician cuando los problemas del cuidado de los niños se reducen. Un estudio hecho por los programas de cuidado de los niños auspiciados por el Consejo en Pro del Niño de San Francisco así como los patronos de esa metrópolis, demuestra que "los beneficios fueron 93 por ciento más altos de lo que se esperaba y ninguno mostró que los beneficios hubieran sido menores de lo que se había anticipado."

Las alternativas para los patronos se encuentran en cuatro categorías básicas (Silton, 1987):

1. Las Normas Flexibles de Personal: Estas incluyen horarios para variar el turno el trabajo, el trabajar diez horas cuatro días o doce horas tres días a la semana, el compartir el trabajo, el trabajar en casa, y las reglas que le permitan a los padres ausentarse del trabajo cuando sea necesario, a fin de darles estabilidad y respaldo a sus familias.
2. La Ayuda Económica: Aquí se incluyen vales, descuentos, Programas de Asistencia para Niños que Dependen de sus Padres (DCAPS), planes flexibles de prestaciones y aportaciones benéficas para centros o programas de guarderías de niños (tales como los programas que le permiten al niño permanecer en la escuela después de clase).

3. Los Servicios de Información sobre el Cuidado de los Niños. Se puede conseguir la información sobre el cuidado de los niños por estos medios, así como por una red de referencias que se encuentra en la mayoría de los condados de California. Asimismo, se puede obtener esta información de fuentes particulares.
4. El Servicio Directo a los Padres: Por este programa se establecen guarderías en el lugar de empleo, estipulando el cuidado de los niños de edad escolar en el lugar de empleo o cerca del mismo.

Los programas de guardería para el cuidado de los niños, auspiciados por las empresas, pueden mejorar las relaciones de los trabajadores y fomentar la responsabilidad hacia la compañía. Por otra parte, dichos programas atraen a nuevos empleados, reducen los cambios de personal, rebajan el número de ausencias excesivas y mejoran la puntualidad de los empleados. Esto da como resultado el aumento en la productividad y el bienestar general de todos.

Resumen del Lugar de Trabajo y la Autoestima

Las empresas entrenan y alientan a los empleados para que éstos lleguen a ser líderes y se capaciten como supervisores del lugar donde trabajan. Algunas de estas personas ofrecen voluntariamente sus servicios en proyectos de la comunidad y las compañías alientan tal participación ya que es digna de reconocimiento. Claro está que hay otras formas de participación obrero/patronal. Así como los padres son responsables por sus respectivas familias, por sus escuelas y comunidad, las empresas, asimismo, se apoyan en un sistema que está constituido por individuos, grupos sociales y dependencias gubernamentales. Ya que los recursos de las empresas varían, cada firma se ve obligada a ejercer su responsabilidad de forma distinta.

El ambiente en el cual se reconoce y respeta la dignidad y valor de cada ser humano, conserva el espíritu de humanidad intacto, aumenta la autoestima y la productividad. Estos seres humanos, entonces, pueden ayudar a otros. Las personas que trabajan en un ambiente positivo en el que se sienten apreciadas aceptan su responsabilidad social y personal.

Recomendaciones Claves del Lugar de Trabajo y la Autoestima

1. Estimule el desarrollo de las normas de personal y condiciones de trabajo que fomenten la autoestima y la responsabilidad social y personal, tanto en el sector privado como en el público.
2. La industria pública y privada debe instituir reglamentos para encarar las necesidades cambiantes de la familia norteamericana; por ejemplo, debe establecer centros para el cuidado de los niños en el lugar de trabajo, formular horarios flexibles para variar las horas laborales, establecer un sistema para compartir el trabajo y, asimismo, crear un procedimiento de permiso o licencia destinado a los padres de familia para ausentarse por un período de tiempo determinado. Se debe solicitar a los patronos que establezcan programas, normas y prácticas para que haya un ambiente laboral positivo, por el que resulten beneficiados tanto los trabajadores como sus familias.

Recomendaciones Abreviadas sobre el Lugar de Trabajo

1. Debe fomentarse un ambiente de trabajo positivo.
2. Los patronos deben brindar apoyo a sus trabajadores y a las familias de éstos.
3. Debe invitarse a más empresas para que colaboren en los proyectos comunitarios.

Recomendaciones, Explicación y Ejemplos de Programas en los Lugares de Trabajo y la Autoestima

RECOMENDACION 1

Deber fomentarse un ambiente de trabajo positivo.

Estimule el desarrollo de las normas de personal y condiciones de trabajo que fomenten la autoestima y la responsabilidad social y personal, tanto en el sector privado como en el público

Los patronos que fomentan la responsabilidad entre los empleados, delegando la autoridad, no sólo benefician a dichos empleados sino que ellos mismos, así como sus empresas, salen beneficiados. Los que, asimismo, premian la calidad y el esmero en el trabajo, así como la productividad, levantan la moral de todos. Cuando los supervisores y trabajadores tienen confianza en sus habilidades y están conscientes de su valor como seres humanos, y cuando este sentir se aplica a las demás personas, pueden resultar muchas cosas positivas. La productividad aumenta, los errores son detectados a tiempo y los problemas se resuelven abiertamente. Los trabajadores se enorgullecen de sus habilidades y se esfuerzan por aprender lo que no saben, su rendimiento mejora y prosperan sus carreras.

- **Nuevas Maneras de Trabajar** (New Ways to Work) (149 Ninth St., Second Floor, San Francisco, CA 94103 [415] 552-1000): Esta es una organización filantrópica de fuentes de trabajo e investigación cuyo objetivo es desarrollar una mayor flexibilidad en el lugar de trabajo. Esta organización pretende fomentar la autoestima entre los trabajadores por medio de la distribución del trabajo, en vez de fiarse en la supervisión del personal. Por lo tanto, se aconseja se respete y se confíe en el empleado, otorgándole mayor autonomía. Para ello, el empleado debe tener alternativas laborales, o sea que, siempre que sea posible, el trabajador podrá escoger las tareas que mejor le cuadren. Esta organización brinda material escrito, instrucción y asesoría a los sectores público y privado.
- **Instituto del Pacífico, Programa de Autoestima** (Pacific Institute's Self-Esteem Program) (1201 Western Ave., Seattle, WA 98101 [206] 628-4800): Este entrenamiento, por medio de cintas de video, pretende derrumbar las barreras personales internas, a fin de lograr los resultados planeados y aumentar la productividad de los trabajadores. Entre sus componentes están: el concepto de sí mismo, los cambios en los hábitos y actitudes, la conciencia de sí mismo, la importancia de tener confianza en sí mismo y el fomento de la responsabilidad social. Por estos medios, se motiva al personal para que se responsabilice por sus acciones y para que pueda trazar un plan de acción a seguir, para el logro de metas tanto personales como laborales. Este programa ha tenido éxito en las compañías Rockwell y General Motors.

- **El Grupo de Tom Peters** (The Tom Peters Group) (555 Hamilton, Ste. 201, Palo Alto, CA 94301 [415] 326-5400): La mira de este grupo es la excelencia, con servicios "derivados del esmero y del valor de los hombres y mujeres que procuran elevar a sus respectivas organizaciones a un nivel superior por medio de la innovación, la mejora en los servicios al consumidor, la elaboración de productos de buena calidad y por medio del esmero y respeto con que se trata al empleado que, en última instancia, está en contacto directo con el cliente."

RECOMENDACION 2

Los patronos deben brindar apoyo a sus trabajadores y las familias de éstos.

La industria pública y privada debe instituir reglamentos para encarar las necesidades cambiantes de la familia estadounidense; por ejemplo, debe establecer centros para el cuidado de los niños en el lugar de trabajo, formular horarios flexibles para variar las horas laborales, establecer un sistema para compartir el trabajo y, asimismo, crear un procedimiento de permiso o licencia destinado a los padres de familia para ausentarse por un período de tiempo determinado.

Se debe instar a los patronos a que establezcan programas, normas y prácticas para que haya un ambiente laboral positivo, por el que resulten beneficiados tanto los trabajadores como sus familias.

Los patronos o firmas que apoyan el servicio de guardería para el cuidado de los niños están al corriente de los cambios que se llevan a cabo entre los trabajadores del país, sobre todo, reconocen el hecho que, en muchas familias, tanto el padre como la madre trabajan. Los patronos deben estar conscientes de los conflictos resultantes del factor trabajo/familia que afecta a su personal y, a la vez, buscar soluciones para resolverlos. La tensión que existe cuando se deja a los niños en lugares o situaciones poco aceptables, daña o perjudica la autoestima de los miembros de la familia. Los empleados/padres de familia, necesitan el apoyo del patrono, a fin de desempeñar eficazmente sus funciones tanto en casa como en el trabajo.

- **Red de Recursos y Recomendación para el Cuidado de los Niños en California** (California Child Care Resource and Referral Network) (809 Lincoln Way, San Francisco, CA 94122 [415] 566-1226): Estas agencias forman parte de una red estatal que ayuda a los padres a conseguir los servicios de guardería para el cuidado de los niños; establece o determina la necesidad de servicios de guardería en la comunidad; proporciona ayuda técnica a las guarderías recientes, así como a las establecidas; y facilita la comunicación entre las personas dedicadas a cuidar a los niños. Estas agencias son instituciones filantrópicas que operan en 44 condados de California.
- **Iniciativa para el Cuidado de los Niños en California** (California Child Care Initiative) (c/o Bank of America Foundation #3246, P.O. Box 37000, San Francisco, CA 94137 [415] 953-3175): Este programa, diseñado y administrado por la Fundación del Banco de América es una asociación

privada/pública de 33 organizaciones, fundaciones y el gobierno para mejorar y aumentar los servicios de guardería para el cuidado de los niños en California. Cuando nos referimos a la calidad de los servicios de guardería, tenemos presente tanto a los niños como a las personas encargadas de cuidarlos.

En 1980, la mayoría de los delegados del Congreso sobre la Familia auspiciado por la Casa Blanca indicaron que la incorporación de un horario flexible había sido la reforma más importante para ayudar a los padres a equilibrar los deberes que tienen hacia el trabajo y la familia.

—El Comité Selecto de California sobre la Familia en Vías de Evolución, 1989

Pacific Gas & Electric Co

- **Programa para Mejorar la Salud (Health Enhancement Program)** (Employee Assistance Program, Department of Social Services, 744 P St., Sacramento, CA 95814 [916] 322-1329): Este programa fomenta la salud (física, mental/psicológica y espiritual), invitando a los empleados a participar en los regímenes para adelgazar, en clases de danzas folklóricas, en clases sobre el papel de los padres solteros, en las reuniones de los Drogadictos Anónimos y en clases de ejercicio aeróbico.

RECOMENDACION 3

Invitar a más empresas a participar en las actividades de su comunidad.

Invitar a más empresas a participar en las actividades de su comunidad.

Teniendo en cuenta las preocupaciones que tenemos en la actualidad, las compañías representan una gran parte de la solución. Entre otras cosas, las empresas pueden aportar los premios de reconocimiento, proporcionar los sitios necesarios para las reuniones de instrucción y costear los proyectos educacionales que fomenten el amor propio.

El mundo de los negocios desempeña un papel importante cuando apoya las leyes y los programas que humanizan a las comunidades. Ejemplos: el mejoramiento de los servicios de guardería para el cuidado de los niños y los programas en colaboración con las escuelas de la localidad, con los servicios de salud mental y con los programas para la prevención de la drogadicción y el alcoholismo. A los negocios les interesa muchísimo el estado de salud de la comunidad de la cual forman parte, y, por lo tanto,

tienen una gran responsabilidad de ayudar a fomentar la autoestima y la salud en la comunidad.

- **Un Pequeño Paso—La Alianza del United Way** (One Small Step—United Way Coalition) (410 Bush St., San Francisco, CA 94108 [415] 722-4315): Esta es una unión de líderes de empresas y negocios cuya función es aumentar el número de compañías que provean ayuda a los empleados y a las familias de éstos.

Libros de Consulta para el Lugar de Trabajo y la Autoestima

"Child Care, A Workforce Issue: Report of the Secretary's Task Force." Washington, D.C.: U.S. Department of Labor, April, 1988.

"Employer Supported Child Care: Options, Implementation, and Impacts." San Francisco: Children's Council of San Francisco, 1987.

Herzberg, Frederick. *Work and the Nature of Man*. New York: Thomas Y. Crowell, Co., 1966.

MacGregor, Douglas. *The Human Side of Enterprise*. New York: McGraw-Hill, 1960.

Peters, Thomas. *Thriving in Chaos*. New York: Alfred A. Knopf, 1987.

Silton, Lynn. "Child Care in the 80s," A report for the Pacific Gas and Electric Co. San Francisco: Pacific Gas and Electric Co., 1987.

Wyatt, J. L. "Work Abuse: Hidden Violence in the Workplace." Copyrighted manuscript: 492 Fair Oaks, San Francisco, CA 94110, 1988.

VII. Declaraciones Personales

Un grupo de estudio a nivel estatal, debe contar con representantes de todos los sectores del estado y, en nuestra opinión, el nuestro ha cumplido con ese requisito.

Aunque seamos únicamente 26, nuestro grupo está integrado por personas (hombres y mujeres) de diferentes edades, razas, con perspectivas políticas, filosóficas y religiosas diferentes, así como por personas de preferencia sexual diversa.

A pesar de estas diferencias, nos sorprendió la buena voluntad y unanimidad que existió en el grupo durante los tres años que trabajamos juntos. Todos los temas se discutieron, libre y abiertamente, llegamos a acuerdos positivos y valiosos, y siempre tomamos en cuenta la dignidad y valor de todas las personas participantes.

Para estar seguros que todos los puntos de vista se tomaron en cuenta en este reporte, el grupo de estudio invitó a los miembros participantes a hacer una "declaración personal" breve. Siete de los miembros aceptaron nuestra invitación; he aquí lo que tuvieron a bien declarar.

Jean Barnaby

El haber participado en el Comité, como representante del Senador Art Torres, ha sido una experiencia memorable e instructiva, aun cuando en ocasiones fue frustrante.

En mi opinión, el grupo de estudio jamás pudo comprender la sensibilidad y calidad de la comunidad latina.

La valoración de nuestra propia herencia étnica y cultural es un componente fundamental de nuestra persona que ayuda a incrementar la autoestima; sin embargo, esa consideración muchas veces se perdió ante la acumulación de información de peritos o expertos académicos del comportamiento.

El informe final, aún con las mejoras debidas a los esfuerzos del Senador Torres, tiene muchas fallas. Al respecto, estoy de acuerdo con lo declarado por los señores William Johnson y David Shannahoff-Khalsa, miembros del Comité.

Paul Kent Froman, Ph.D.

El Comité presentó su reporte final, no obstante las profundas e irreconciliables diferencias filosóficas y teológicas de sus miembros. Por consiguiente, el Comité rechazó los prejuicios y la discriminación basados en la preferencia sexual pero no llegó a aprobar el Proyecto Diez. El Proyecto Diez apoya y protege a la juventud homosexual y lesbiana. Por dicho proyecto se salvan vidas y se ayuda a atenuar el dolor y sufrimiento

que resultan de la discriminación, del acosamiento y de la persecución de la juventud homosexual y lesbiana.

El estudio hecho por el Comité Dedicado al Estudio del Suicidio entre la Juventud Auspiciado por el Departamento de Salud y Desarrollo Humano de los Estados Unidos, señala que más de 500,000 adolescentes tratan de suicidarse cada año y que más de 5,000 logran llevarlo a cabo. Más del 30 por ciento de este número lo representan los jóvenes homosexuales y las lesbianas. El Proyecto Diez es un proyecto que necesitamos urgentemente y, asimismo, necesita propagarse por todo el estado.

La Legislatura no pidió al Comité que estudiara la autoestima de las personas con SIDA (AIDS); sin embargo, éste es un asunto que merita nuestra atención y esfuerzo. Este grupo lucha valientemente por la vida ante una terrible y poderosa enfermedad. Desgraciadamente, tienen también que enfrentarse a la discriminación y persecución. Para quien padece del SIDA (AIDS) la autoestima no es sólo un sentimiento agradable sino una fuerza que puede salvar y prolongar la vida. El apoyo y asesoramiento necesario para las personas que sufren del SIDA todavía no es suficiente. Por otra parte, aún se puede discriminar a estas personas en el estado de California.

La comunidad homosexual y lesbiana, desde que se inició la crisis del SIDA (AIDS), ha estado asumiendo su responsabilidad social y personal en grado superlativo. Apelo a la conciencia de los ciudadanos de California para que, tomando la responsabilidad social y personal que les corresponde, actúen y exijan que esta discriminación cese de inmediato; para que se brinden servicios de apoyo emocional, médico y farmacéutico; y para que las personas que han adquirido el SIDA (AIDS) sean tratadas, no con exclusión y persecución, sino con compasión, solicitud y cariño.

William C. Johnson, M.A.

El reporte final, aún cuando meritorio, tiene fallas graves. Existen tres factores que no se tomaron en cuenta: la importancia de la responsabilidad, la significancia del desarrollo del comportamiento y el valor del núcleo familiar.

Durante el tiempo que duró el Comité, fue sumamente difícil elevar la responsabilidad al mismo nivel que la autoestima. El desarrollar la autoestima y responsabilizarnos por nuestros propios actos son acciones interdependientes. El factor de importancia crucial, el que todo ciudadano tenga la integridad para ser responsable de sus propias acciones, no se recalca o subraya en este informe. Siento que el informe ponga demasiado énfasis en la autoestima e ignore la importancia de la responsabilidad personal.

El Consejo Educativo del Estado de California recientemente presentó un documento intitulado *Educación Cívica y Moral y Enseñanza acerca de la Religión*, el cual es excelente para ayudar a los maestros a enseñar cómo desarrollar el carácter y para que dichos maestros entiendan más claramente la inter-relación entre la autoestima y el desarrollo del comportamiento.

Los cimientos de nuestra sociedad son las familias. Las características básicas de los niños y la autoestima se forman dentro de la familia. El núcleo de la familia está siendo desintegrado por la separación y el divorcio en una sociedad mudable y transitoria y el impacto en las personas es, para la autoestima y la responsabilidad social, de proporciones catastróficas. Las familias necesitan ayuda para restaurar los valores fundamentales. El tratar de resolver los problemas superficialmente, sin llegar a la raíz de ellos, es tiempo perdido y un esfuerzo infructuoso. Lamento mucho que nuestro reporte no tomó en cuenta estos valores básicos que fomentan la responsabilidad familiar y personal.

Kenneth W. Ogden, M.Div., Ed.D.

Mi participación en el grupo de estudio me proporcionó nuevos conocimientos sobre mi persona y sobre los demás. Aprendí mucho acerca de las preocupaciones de los seres humanos, la sensibilidad y la compasión. De la composición diversa del grupo resultó un sentido de unidad, y me parece que esto ha quedado claramente demostrado en este informe.

Las recomendaciones representan un esfuerzo común para mejorar las condiciones de los californianos, a fin de que éstos puedan experimentar una mayor satisfacción y realizar un sentido de autoestima tanto para ellos mismos como para los demás; o sea que dichas recomendaciones sirven de vehículo para la realización de un ambiente positivo y alentador. Me gustó, en particular, el énfasis que se le pone a la familia. Cuando se apoya a la familia, destacando el papel de los padres, se fomenta el concepto positivo de sí mismo.

Sin negar el mérito de la definición elaborada por el grupo de estudio, me parece que se olvidó un factor importante: la fuente u origen del amor propio del individuo. Teniendo en cuenta mi perspectiva religiosa, toda definición que no reconozca al Dios eterno como el origen de toda la esperanza y valor humano, es inadecuada e insuficiente. Me gustaría, por lo tanto, agregar a esta definición:

> *Al aceptar que soy la imagen y semejanza de Dios a quien El otorga amor y perdón, y reconociendo el papel que su Omnipotencia tiene en mi vida, reconozco mi propio valor y tengo el valor para responsabilizarme por mí mismo y actuar de forma responsable hacia los demás.*

El grupo de estudio reconoce que una baja estima, a menudo, conduce a problemas sociales gravísimos. Tal parece que los seres humanos tienden a portarse de tal forma que terminan haciéndose daño a sí mismos, así como a los demás; por otra parte, recurren al crimen y a la violencia. Algunos expertos o peritos, como M. Scott Peck y Karl Menninger, reconocen que el ser humano es capaz de ser malvado y pecaminoso. Por lo tanto, dichos autores no titubean en usar estos adjetivos y nosotros tampoco debemos evitarlos.

En lo que a mí respecta, Dios en su Misericordia me liberó del pecado por medio de su Hijo, Jesucristo, perdonando y elevándome a un nivel de autoestima que jamás podría lograr por mis propios esfuerzos. Dios hace accesible este regalo a todos—una base positiva para la autoestima.

Eunice Sato, M.A.

Uno de los mensajes más claros del informe de este Comité es que existe una tremenda diferencia de edades entre los miembros del mismo, o sea que hay una "brecha generacional." La mayoría se compone de individuos que eran niños en la década del '60 y la minoría está integrada por personas mayores (entre las cuales me encuentro yo). Nosotros los mayores creemos profundamente en la existencia e importancia de valores morales, mientras que los más jóvenes se contentan con un relativismo moral. Con esto no estoy de acuerdo. Después de participar en el grupo de estudio por tres años, más me convenzo que los valores morales bien cimentados son la clave para el desarrollo del amor propio.

La autoestima y la integridad van de la mano; el segundo se basa en el conocimiento propio. El más profundo conocimiento propio conlleva principios que guían nuestra vida—los valores morales. Para vivir armoniosamente con los demás, los valores morales fundamentales no pueden convertirse en asuntos de elección relativa sino, más bien, de elección común. Nuestras instituciones sociales—la familia, la escuela, la iglesia, el gobierno y todos los demás—tienen a su cargo la tarea importante de impartir el conocimiento de nuestros valores comunes. El informe de este Comité no sólo da poca importancia a nuestros valores comunes sino que, de la misma forma, hace caso omiso del valor de nuestras instituciones como guías de la ética y la moral.

Las personas que tienen valores morales bien cimentados, tienen un gran concepto de sí mismas en el sentido más profundo e importante. Por lo tanto, es imposible para ellos no tener amor propio. Los valores morales nos ayudan tanto a nosotros como a la sociedad en que vivimos. El Comité debería, ante todo, poner énfasis en los métodos o procedimientos a seguir para robustecer la moral en nuestra sociedad. Al darle importancia al relativismo moral, el reporte, más que destacar la autoestima, la socaba o destruye.

Toda norma o recomendación destinada a fomentar la autoestima que ignora o hace caso omiso de las dimensiones morales y fundamentales de la educación del carácter, resultará frustrada en su propósito de resolver los crecientes males sociales como el crimen, la drogadicción, el maltrato de los niños, el embarazo de las jóvenes y la dependencia crónica.

El punto más importante es el embarazo en las jovencitas. En el reporte del grupo de estudio se menciona la palabra abstinencia; sin embargo, las opiniones recabadas no expresan un factor normativo de preferencia para abstenerse de tener relaciones sexuales. El informe ni siquiera reconoce lo que, indudablemente, es verdad—o sea, que las jovencitas que tienen un sentido más alto de amor propio se abstendrán de tener relaciones sexuales. El reporte, por el contrario, legitima el comportamiento sexual. Esta postura o actitud "libre de todo valor moral" agravará el problema de los embarazos entre las menores de edad, así como recrudecer los correspondientes resultados.

David Shannahoff-Khalsa

Mi punto de vista y experiencia son tan diferentes de los del grupo que me veo obligado a expresar los cuatro factores en los que existe una mayor discrepancia.

1. La interpretación hecha por el grupo de estudio de la investigación académica de los profesores de las UC (Universidades de California) no menciona la ausencia de un eslabón importante entre la autoestima y los seis problemas sociales. Cito la página 15 del estudio hecho por el profesor Smelser, "Lo que se reporta con más frecuencia es que la asociación entre la autoestima y las consecuencias que ésta pueda acarrear, es variada, insignificante o no existe."
2. No estoy de acuerdo con el contenido de los "Principios" como una solución eficaz para estos problemas sociales. Los principios, por sí mismos, no brindan soluciones a las personas que las necesitan. Se hizo caso omiso de técnicas o terapias para reducir los problemas comunes, tales como la cólera, el temor, las tensiones, la angustia o ansiedad mental, las adicciones, la dislexia, los problemas de obesidad y los desórdenes compulsivos o apremiantes. El documento sobre "Principios" es muy simple; no dice "cómo hacerlo" y es de poco valor.
3. La atención que se debe dar a la mente y al desarrollo mental, sobre todo en lo que respecta al subconsciente, como un factor importante en el desarrollo sano de la autoestima, brilla por su ausencia. No se trataron adecuadamente las razones por las cuales no hemos aprendido a guiarnos por las reglas de conducta, ni por valores y mandamientos establecidos. Sin llegar a la sima (el fondo) jamás podremos llegar a la cima (a las alturas).
4. La autoestima sana y positiva se deriva de una vida entregada a las virtudes fundamentales como la benevolencia o generosidad, la rectitud, la organización, la valentía y la gracia. La autoestima no puede suministrarse, ni inyectarse ni darse al individuo; es un resultado no menos importante que la felicidad o la dignidad. Este escurridizo concepto que describe los sentimientos de cada persona, ha sido presentado como un remedio universal para una sociedad que se ha tornado, más y más compleja cada día, y que funciona muy mal. Este enfoque ignora los remedios aparentemente más difíciles relativos a la conciencia, la intuición e inteligencia del ser humano.

Lynn Silton, M.S.

Yo creo que debemos ser firmes con las instituciones y no con los adolescentes. En lo que respecta a la recomendación del Comité sobre la justicia para los jóvenes, no queremos decir que estamos de acuerdo con el encarcelamiento, la aprehensión o los castigos crueles para la juventud de California—la cual no tiene derecho a votar, cuenta con muy pocos recursos personales y depende de los padres y de la sociedad para su protección.

Nuestro informe contiene la investigación que se hizo del ambiente en el que viven los jóvenes,así como la relación entre el fracaso y la delincuencia; también incluye las prácticas nocivas institucionales, paternas y familiares.

Creemos que los jóvenes que quebrantan la ley pueden recobrar el respeto propio y el de la sociedad al cumplir con el trabajo de servicio comunitario que robustece el corazón en vez de romperlo—esto implica ayudar a los ancianos, trabajar para que los parques retengan su belleza y ayudar a los desposeídos (sin hogar). En fin, deseamos brindarles las oportunidades que no existen ni se fomentan en el medio ambiente en el que viven. La idea que proponemos es de que nuestras instituciones, ante todo, deben responsabilizarse por los resultados derivados de sus decisiones para que los jóvenes sigan el ejemplo.

VIII. Conclusión

Este movimiento le da significado al sueño de libertad y de responsabilidad que vive en el corazón de toda persona.

—Eunice Sato
Miembro Japonés Americana del Comité

Al momento de terminar este reporte, toda Europa Oriental ha eruptado en revoluciones—destituyendo gobiernos restrictivos, creando nuevas posibilidades para sus habitantes, tratando de establecer relaciones sociales y personales y exigiendo la democracia. Todo esto, es la esencia misma de la autoestima y los esfuerzos para instituir la aceptación de la responsabilidad social y personal.

Cada ser humano merece ser tratado con dignidad y respeto. Los gobiernos deben reconocer el valor inherente que representa el ser humano, así como las comunidades, las escuelas, los negocios/empresas y familias. Y tal vez lo más importante es que cada uno de nosotros debemos reconocer y nutrir esta verdad que está en nosotros mismos. Al edificar nuestra vida con conceptos apropiados y exactos de nuestro propio valor como seres humanos—individuos capaces de enfrentarse a la vida, siendo merecedores de la dignidad y el respeto por el simple hecho de ser seres humanos—entonces llegamos a ser más productivos, más sensibles y responsables en nuestras relaciones con los demás y, por consiguiente, quedamos ampliamente satisfechos.

Este no es un concepto nuevo. En cierta forma, fue uno de los cimientos de nuestra nación. Y, sin embargo, es una verdad que, a toda costa, necesitamos aprender de nuevo. Tal vez, por su propia naturaleza, sea una verdad fundamental que debe ser reaprendida por cada individuo, e interpretada y puesta en práctica nuevamente por cada generación. En su poema intitulado "Little Gidding," T. S. Elliot escribió:

No hemos de detenernos en nuestra búsqueda
y el fin de este afá
será llegar al principio del cual partimos.

Como peregrinos del mundo, deseamos a todos ustedes mucha suerte en su viaje. Ojalá que podamos aprender y madurar, a fin de ayudar, alentar y brindar amistad a todas aquellas personas que deseen compartir o acompañarnos en nuestro viaje.

Publicaciones del Departamento de Educación

Más de 600 publicaciones están disponibles del Departamento de Educación. Una lista de ésas que se puede obtener en español aparece abajo. Otro libro, *Los Cambios en el Programa de Estudios de Historia y Ciencias Sociales*, estará disponible dentro de dos meses, más o menos.

Número	Título (Año de publicación)	Precio
0-8011-0321-5	Agrupación de los Estudiantes de Acuerdo a Sus Necesidades Especiales (1979)	$2.25
0-8011-0656-7	Derechos de los Hijos y los Padres con Respecto a la Educación Especial (1989)	gratis
0-8011-0322-3	Directrices de los Servicios de Salud para Estudiantes Migratorios (1986)	gratis
0-8011-0323-1	Estableciendo los Consejos de la Escuela (1977)	2.25
0-8011-0324-x	Guía de Discusión para el Programa de Mejoramiento (1978)	2.25
0-8011-0325-8	El Informe de RISE (1976)	2.25
0-8011-0891-8	La Evolución del Currículo de las Matemáticas: Un Folleto para los Padres de Familia (1991)	5.00/10
0-8011-9963-8	La Evolución del Currículo de las Matemáticas: Un Folleto para los Padres de Familia (1991)	30.00/100
0-8011-9962-x	La Evolución del Currículo de las Matemáticas: Un Folleto para los Padres de Familia (1991)	230.00/1000
0-8011-0928-0	Los Cambios en el Programa de Estudios de la Lengua: Folleto para los Padres de Familia (1991)	5.00/10
0-8011-9935-2	Los Cambios en el Programa de Estudios de la Lengua: Folleto para los Padres de Familia (1991)	30.00/100
0-8011-9936-0	Los Cambios en el Programa de Estudios de la Lengua: Folleto para los Padres de Familia (1991)	230.00/1000
0-8011-0329-0	Los Padres Son Maestros También (pamfleto) (1984)	gratis
0-8011-0326-6	Manual de Planeamiento (1978)	2.25
0-8011-0327-4	Manual Sobre los Derechos y las Responsabilidades de los Estudiantes (1979)	2.25
0-8011-0332-0	Primeros Síntomas Que Le Avisan Que Su Hijo Necesita Ayuda (pamfleto) (1981)	gratis

Envíe su pedido a:

California Department of Education
P.O. Box 271
Sacramento, CA 95812-0271

Por favor hacer los cheques a: California Department of Education. Residentes de California deben de añadir el impuesto sobre la venta. Cada pedido debe ser acompañado de su pago correspondiente o documento a la orden. Los documentos a la orden sin cheque se aceptan únicamente de agencias del gobierno. No se aceptan pedidos por teléfono.

Puede ser que los precios de las publicaciones se cambien después del 1° de enero de 1993. Para obtener información acerca de su disponibilidad y precios actuales, llame al 916-445-1260.

R92-93 (Second printing) CR 179998 12-92 50